Юлия Высоцкая

В один дом круглый год

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

"Правильная еда, правильное место, правильное время — вот мое убеждение и главная идея этой книжки. Это и есть самый лучший рецепт", — говорит Юлия Высоцкая, автор и ведущая телепрограммы "Едим Дома!". Абрикосы — в августе, а выпечка с ванилью и орехами — в январе, вареники с вишней — в Украине, а сациви и хачапури — в Грузии. "Может быть, это самый большой секрет, который мне приоткрылся за последнее время, со всей моей сумасшедшей любовью к кулинарии". Аромат каждого времени года вы почувствуете в рецептах, собранных для вас с такой любовью Юлией Высоцкой в ее новой книге "Едим Дома круглый год".

- Юлия Высоцкая
  -
  - Специи
  - Бульоны
    - Овощной бульон
    - Куриный легкий бульон
    - Мясной бульон на основе телятины или говядины
  - Декабрь
    - Фасоль
    - Суп из белой фасоли
    - Итальянский суп
    - Азиатский салат
    - Красная фасоль с колбасками
    - Гречка
    - Гречка с тофу
    - Гречка по-восточному
    - Сухие грибы
    - Рисовые блинчики с сушеными грибами
    - Чили
    - Тайский куриный суп
    - Тайский салат
    - Тальятелле «Aglio, Olio, Peperoncino»
    - Грейпфрут
    - Салат с грейпфрутом
    - Лимоны
    - Лимонное ризотто
    - Лимонные тарталетки
    - Сицилийский торт

- Клюква
- Клюквенный соус
- Рождественский пирог
- Груши с клюквой под хрустящим тестом

- Январь
  - Авокадо
  - Салат из шампиньонов и авокадо
  - Суп из авокадо
  - Чечевица
  - Суп из чечевицы с луком
  - Чечевица со сливками и имбирем
  - Чечевица с мятной заправкой
  - Оливки
  - Тапенад
  - Фокачча с оливками
  - Хлеб с оливками и чесноком
  - Семга с оливками
  - Чернослив
  - Чернослив в чае
  - Клафутти с черносливом
  - Кролик с черносливом
- Февраль
  - Корица
  - Ароматный рис
  - Яблочный пирог с корицей
  - Миндаль
  - Миндаль в шоколаде
  - Салат с миндалем и рокфором
  - Яблочный штрудель
  - Лесной орех
  - Запеченные яблоки
  - Бананы
  - Бананы в кляре
  - Манго
  - Салат-соус из манго
  - Финики
  - Песочные кексы с финиками
  - Апельсины
  - Апельсиновое желе
  - Апельсиновое варенье
  - Блины фламбе с мороженым
  - Апельсиновый торт
  - Имбирь
  - Спагетти с имбирем и помидорами

- Имбирное печенье
- Март
  - Петрушка
  - Холодный суп-пюре из петрушки
  - * * *
  - Хлеб с пармезаном и чесноком
  - Salsa Verde
  - Мята
  - Коктейль «Мохито»
  - Салат с мятой и чечевицей
  - Таббуле
  - Ризотто с мятой и ветчиной
  - Брокколи
  - Супчик для бедных
  - Салат из макарон с брокколи
  - Макароны-«ракушки» с брокколи
  - Закуска из брокколи
  - Цикорий
  - Салат из цикория с голубым сыром
  - Очень простой салат с цикорием
  - Салат из весенних овощей с ветчиной, перепелиными яйцами и домашним майонезом
  - Грата из цикория
  - Цикорий, запеченный с сыром
- Апрель
  - Радиккио
  - Салат с сельдью по-восточному
  - Редис
  - Розовый салат
  - Теплый салат с копченой рыбой
  - Пицца с радиккио и моцареллой
  - Рукола
  - Салат из руколы с куриной печенкой
  - Салат с козьим сыром
  - Салат с балыком и руколой
  - Теплый салат с луком, беконом и руколой
  - Шпинат
  - Индийский рис со шпинатом
  - Закуска из шпината
  - Нескучный шпинат
  - Картофель
  - Суп «Вишисуаз»
  - Картофельный пирог с сыром
  - Укроп

- Вареники с картошкой, беконом и укропом
- Молодой картофель по-кончаловски
- Базилик
- Картофельные ньокки с соусом из помидоров и базиликом
- Запеченная картошка с сыром

○ Май
- Спаржа
- Салат из спаржи с кунжутом
- Закуска из спаржи с ветчиной
- Омлет со спаржей
- Щавель
- Запеченный суп с фасолью и щавелем
- Морковь
- Морковный суп-пюре с кориандром
- Овощи в рисовой бумаге
- Морковный пирог
- Клубника
- Сорбе из красного вина с клубникой
- Кукурузное печенье с клубничным соусом

○ Июнь
- Летние ягоды
- Ягодное желе с кокосовыми крекерами
- Кексы с голубикой
- Черносмородиновое сорбе
- Ягодный десерт
- Пирог «Летняя песня»
- Вишня
- Вареники с вишней
- Кексы с вишней
- Пирог с вишней
- Торт «Черный лес»
- Сливы
- Кукурузные оладушки со сливами
- Ореховый торт со сливами

○ Июль
- Помидоры
- Коктейль «Кровавая Мэри»
- Пирожки с помидорами
- Макароны с помидорами, базиликом и пармезаном
- Карамелизированные помидоры со сметанным мороженым
- Свекла

- Салат из свеклы «Наполеон»
- Холодник по-польски
- Пирог из свеклы
- Абрикосы
- Запеченные фрукты
- Пончики с абрикосами
- Персики
- Персиковое мороженое
- Коктейль «Bellini»
- Сангрия

- Август
  - Кабачки
  - Оладушки из кабачков
  - Цукини на гриле
  - Пирог из кабачков с мятой
  - Овощная лазанья с козьим сыром
  - Овощные корзиночки
  - Баклажаны
  - Фаршированные баклажаны
  - Икра из баклажанов
  - Салат с баклажанами и моцареллой
  - Закуска из баклажанов с сыром
  - Лавровый лист
  - Тушеная баранина с баклажанами
  - Сладкий перец
  - Салат из красного перца с моцареллой
  - Салат из перца с фетой и помидорами
  - Кукуруза
  - Суп-пюре из свежей кукурузы
  - Кукурузные оладушки
  - Инжир
  - Салат из инжира с моцареллой
  - Запеченный инжир
- Сентябрь
  - Белые грибы
  - Белые грибы, запеченные с мятой
  - Закуска из грибов шитаки
  - Фасоль с белыми грибами
  - Блины с грибами и голубым сыром
  - Лисички
  - Спагетти в оливковом соусе с лисичками
  - Тыква
  - Тыквенный суп с карри
  - Лук

- Луковый суп
- Мармелад из лука

- Октябрь
  - Груши
  - Голубой сыр с грушами
  - Груши a la «Creme de Cassise»
  - Грушевое сорбе с граппой
  - Ваниль
  - Грушевый пирог
  - Тимьян
  - Суфле из козьего сыра и тимьяна
  - Яблоки
  - Салат из яблок и моркови
  - Яблочное варенье-соус
  - Сэндвич из яблока с сельдью по-кончаловски
  - Круассаны с яблоками
- Ноябрь
  - Грецкие орехи
  - Тальятелле с грецкими орехами
  - Шоколадные кексы с грецкими орехами
  - Фенхель
  - Теплый салат из фенхеля с помидорами
  - Жареный фенхель
  - Салат из фенхеля и апельсина
  - Розмарин
  - Каперсы
  - Треска с розмарином и каперсами

Юлия Высоцкая
Едим дома круглый год

Правильная еда, правильное место, правильное время — вот мое убеждение и главная идея этой книжки. Это и есть самый лучший рецепт. Еда — не просто опыт повара, его умение, талант или желание что-то приготовить. Иногда все гораздо проще. Еда — это то, что нужно есть в данный момент, в то время года, когда продукты, ингредиенты находятся на пике своей спелости и готовности к тому, чтобы их съели. Есть что-то в этом глубокое и неизменно правильное — есть то, что сейчас в сезоне. Абрикосы не в январе, а все-таки в июле или августе, клубнику в мае, а зимой получать удовольствие от фасоли, гороха, хлеба и другой замечательной уютной еды. Мне на самом деле кажется, что холодный субботний вечер в январе, феврале — лучшее время для того, чтобы испечь овсяное печенье или какие-нибудь другие пряники-коврижки. Дома запахнет ванилью, орехами, свежезаваренным чаем, и никуда не захочется. И так хорошо сидеть, читать книжку и думать о том, что жизнь — это сегодня, а не вчера и не завтра.

Может быть, это самый большой секрет, который мне приоткрылся за последнее время, со всей моей сумасшедшей любовью к кулинарии: все-таки выбирать тот рецепт, который правильно готовить сейчас, сегодня. И результат не разочарует. И все, что связано с этой едой, складывается воедино. Получается гармонично и поэтому доставляет столько удовольствия.

Совершенно бессмысленно приезжать в Грузию и заказывать там вареники с вишней. Вареники с вишней есть надо в Украине. А в Грузии нужно есть сациви и хачапури. И так далее. Список бесконечен. Собственно говоря, этому и посвящена эта книга.

А главное, я очень люблю поесть. Когда я голодная, то мне кажется вкусным абсолютно все.

А вам?

Специи

У меня в сундучке с пряностями никогда не иссякают запасы гвоздики, кардамона, ванили, корицы, мускатного ореха, тимьяна, куркумы, бадьяна. С каждой из них у меня особенные отношения, и без них я не такой уж умелый повар. Не пугайтесь количества наименований, все они уникальны, но совсем недороги. Это в Средние века пряности были дороже золота, сегодня они доступны каждому. А сколько радости и пользы! Итак, по порядку…

Бадьян (или звездочки аниса, или китайский анис, индийский, сибирский, корабельный анис) на самом деле родственник магнолии. Похож анис на звездочку с лучиками вроде твердых деревянных лодочек. В молотом виде это крупнозернистый порошок темно-бордового цвета с тонким и сложным запахом. Эфирное масло, содержащееся в бадьяне, называется «сафлор», я использую его в салатах и при приготовлении соусов. В русские пряники издавна добавляли бадьян. А если его добавить, например, в вишневое варенье, то не только аромат получится замечательный, но и храниться оно будет дольше, и цвет его будет интенсивнее. К мясным блюдам я добавляю молотый бадьян, а в выпечку — звездочки целиком. Попробуйте добавить бадьян в творог, компот, мусс, настойку, кисель. Не бойтесь экспериментировать, он вас не подведет.

Я люблю гвоздику за то, что она пахнет Новым годом. С мороза выпить чашку чая с медом и долькой лимона, утыканной бутончиками-гвоздиками, — это мое зимнее счастье!

Гвоздика совсем недорогая, хорошо хранится (если не молотая: молотая очень быстро выдыхается, поэтому я растираю в ступке ровно столько, сколько нужно в данный момент, и никогда про запас!). Она очень сговорчива с другими специями, не любит долгого кипячения, зато незаменима в маринадах, соленьях, компотах, супах. Внимательно читайте рецепт и отправляйте гвоздику в блюдо именно так, как в нем указано. Если промахнетесь, из нежной ароматной союзницы-помощницы она может превратиться в горького и неприятного врага. Чем тоньше должен быть аромат у блюда, тем позже отправляйте туда гвоздику, но только не забудьте, обязательно отправьте: кроме крепкого интересного запаха, в ней еще и масла, полезные для здоровья.

А в пасхальном куличе обязательно должен быть кардамон! Это я помню с детства. И в маринады, и в настойки, а иногда даже

в уху бабушка добавляла кардамон. Теперь я знаю, что в сочетании с мускатным орехом он потрясающе подходит к отварной рыбе (оливковое масло, соль, лимон, мускатный орех и кардамон — просто стихи!). Бледно-зеленые сухие капсулки, в них прячутся темные семечки с пряно-жгучим, слегка камфорным запахом — это и есть пряность, родина ее — Индия и Цейлон. Добавляйте кардамон осторожно, это сильная пряность. Одной капсулы достаточно на 1 кг теста или фарша. Он очень хорошо сочетается с кофейным ароматом, делает его интереснее. А в Европе его добавляют и в супы, и в мясо, и в рис.

Куркума — желтый имбирь, родина ее — Индокитай, а сейчас она возделывается в Индии, Камбодже, Южном Китае, Японии, на Филиппинах и в Закавказье. Как пряность очень уважаема и известна более 2000 лет. Приготовление куркумы-пряности сложный процесс: корни-клубни (похожие на корни—клубни имбиря) отваривают вместе с определенными натуральными красителями, потом сушат и очищают от кожуры, и вот тогда она приобретает свой неповторимый нежно-золотистый цвет. Продается она обычно в порошке и хранится довольно хорошо, но емкость должна быть обязательно герметично закрыта. Она невероятно полезна и входит в золотую десятку суперпродуктов, способствующих здоровой и долгой жизни. Она обязательный ингредиент всех пряных восточных смесей — и индийских карри, и среднеазиатских смесей для плова. Без соуса с куркумой нельзя себе представить ни одно рисовое блюдо в странах Индийского океана (в Средней Азии куркуму называют «зарчава»). Она замечательный натуральный краситель, при этом достаточно добавить, что называется, «на кончике ножа» — и блюдо сразу приобретает золотисто-желтый оттенок. Куркума мной любима за тонкость и свежесть вкуса и за полезность. А еще блюда с куркумой хранятся дольше и сохраняют свои вкусовые и питательные свойства.

Мускатный орех. Темно-коричневого цвета со слегка морщинистой «благородной» оболочкой, продолговатые, овальные косточки плода мускатного дерева. Очень сложный и длинный путь проходит эта пряность, прежде чем попасть к нам на кухню. А уж тут ему есть где разгуляться! Не представляю себе бешамель, луковый суп, пироги и суфле без мускатного ореха. А как вкусно зимой пахнет утка с яблоками, если к ней не забыли добавить мускатный орех! Да и многие овощи с ним дружат. Обязательно приобретите несколько орешков, храните их в банке с плотно закрывающейся крышкой и, натерев на терке, добавляйте в свои шедевры.

Тмин широко использовали римляне, а уж они-то знали толк

в еде; и в Библии он упоминается. Раньше я думала, что он хорош только в хлебе, сыре и капусте, зато теперь я добавляю тмин в баранину, в баклажаны, в соус к рыбе, в домашний творог и, конечно же, в капусту во всех видах. Тмин — ароматные продолговатые семена, обладающие острым, возбуждающим и освежающим вкусом, — тоже относится к суперпродуктам, поэтому есть его нужно часто, что и вам советую.

Шафран — король пряностей и по изысканному, тонкому аромату, и по цене — очень дорогое удовольствие. Представляет собой хорошо высушенные темно-бордовые тонкие короткие волокна, чем темнее цвет — тем лучше. Запах у него просто волшебный, я могу съесть с шафраном даже подошву. И вообще, такое количество вкусных шедевров можно сотворить с его помощью, одной книги не хватит, чтобы перечислить. И тесто подкрасить, и к рыбе, и к мясу, добавить в десерты, в плов. Иногда его замачивают в воде, бульоне или спирте. Я покупаю испанский шафран — на мой взгляд, у него самый интенсивный вкус и яркий цвет, и добавляю по чуть-чуть, экономлю сокровище.

Бульоны

Овощной бульон

2 крупные луковицы, мелко нарезанные
2 стебля лука-порея (только светлая часть), мелко изрубленных
3 стебля сельдерея с листиками, мелко рубленных
2 крупные моркови, мелко нарезанные
1 головка чеснока, разрезанная пополам вдоль
1/2 ч. ложки свежемолотого черного перца или белого перца
3 л холодной воды
морская соль

1. Все ингредиенты, кроме соли, отправить в тяжелую глубокую кастрюлю.
2. На медленном огне довести до кипения и варить на таком же медленном огне не дольше часа.
3. Процедить через частое сито или марлю, посолить. Этот бульон лучше использовать свежесваренным. В холодильнике хранить не больше 5 дней.

Куриный легкий бульон

4 куриные спинки (косточки, на которых совсем немного мяса)
1 крупная луковица, очищенная и порезанная на 4 части
3 стебля сельдерея, крупно нарезанных
3 большие моркови, крупно нарезанные
1 лук-порей (только светлая часть),
крупно нарезанный 1 фенхель
лавровый лист, розмарин или тимьян
1 головка чеснока, разрезанная пополам
1/2 ч. ложки свежемолотого черного перца
1/2 бутылки сухого белого вина
2—3 л воды
морская соль

1. Порезать куриные спинки на крупные куски.
2. Все ингредиенты, кроме соли, соединить в тяжелой глубокой кастрюле, довести до кипения, время от времени снимая пену с поверхности. Уменьшить огонь и варить на очень медленном огне 3–4 часа.
3. Процедить через марлю или мелкое сито, посолить. В холодильнике можно хранить 3–4 дня, в морозилке — 2–3 месяца.

Мясной бульон на основе телятины или говядины

Духовку разогреть до 190 °C.

3 крупные кости телятины или говядины (с небольшим количеством мяса и жира)

1 крупная луковица

2 моркови, крупно нарезанные

3 стебля сельдерея

2 зубчика чеснока

3 горошины душистого перца

10 горошин черного перца

3 лавровых листа

3 л воды

морская соль

1. Запечь кости в духовке (это займет минут 40).

2. Влить в противень небольшое количество кипятка, чтобы собрать все поджаристые карамельные соки, оставшиеся на противне.

3. В тяжелую глубокую кастрюлю отправить кости, соки с противня и все остальные ингредиенты, кроме соли. Влить 2,5–3 литра холодной воды, довести до кипения, постоянно снимая пену.

4. Уменьшить огонь и варить на очень медленном огне 1,5–2 часа, не дольше.

5. Процедить через марлю или мелкое сито, посолить. Можно заморозить или хранить 2–3 дня в холодильнике. Для приготовления более легкого варианта не обжаривать кости.

Декабрь

Фасоль

Мои дети обожают фасолевый суп, и я тоже очень люблю все эти супчики-похлебки, ароматные и сытные. Фасоль не только очень питательна, от нее масса пользы организму. Она чемпион по содержанию белка, в лучших сортах фасоли содержится на 30 % больше белка, чем в мясе и рыбе, кроме того, это не просто белок, а белок, богатый аминокислотами. У меня дома (как, впрочем, в Средиземноморье, Китае, Венгрии, Центральной и Южной Америке) фасоль любят тушеную, с грибами, в салатах, обжаренную в сливочном масле с чесноком и сухарями. Перед варкой я обычно фасоль замачиваю на ночь, сразу же после закипания сливаю воду, заливаю свежую холодную и добавляю немного растительного масла, а солю в самом конце. Варю на слабом огне не помешивая. Хорошо дружит с фасолью морковь, петрушка; варю их вместе, а потом «подруг» удаляю из кастрюли.

Суп из белой фасоли

На 4 человека как обед
200 г белой фасоли
1 лук-порей
2 стебля сельдерея
2 моркови
2 луковицы
4 ст. ложки оливкового масла
1 зубчик чеснока
2 лавровых листа
горсть изрубленной петрушки
щепотка сухого розмарина
морская соль

1. Фасоль замочить в большом количестве воды на ночь. Утром промыть, залить холодной водой в 2 раза больше объема фасоли, довести до кипения. Добавить 2 лавровых листа, 1 луковицу, 1 морковь и 1 стебель сельдерея. Варить около часа, затем лук, морковь, сельдерей и лавровые листья вынуть (можно съесть или выбросить).

2. В кастрюле с толстым дном разогреть масло, обжарить мелко нарезанные лук и чеснок, посолить, добавить розмарин, оставшуюся морковь, нарезанную кубиками, и сельдерей. Тушить 2–3 минуты.

3. Добавить фасоль вместе с бульоном, нарезанный тонкими кольцами порей. Варить до готовности порея, около 10 минут. Снять с огня и добавить петрушку. Этот суп замечательно подавать с гренками, натертыми чесноком, добавив в него натертый сыр или несколько кусочков поджаренной ветчины.

Итальянский суп

На 6 человек как ужин или обед
300 г фасоли
2 стебля сельдерея
2 моркови
2 луковицы
3 дольки чеснока
1 цукини
1/2 кг помидоров
5—6 ст. ложек оливкового масла
100 г натертого сыра пармезан
1 лавровый лист
3—4 горошины черного перца
сухой базилик, орегано, майоран
морская соль

1. Фасоль замочить в большом количестве холодной воды на несколько часов.

2. Крупно нарезать 1 морковь, 1 стебель сельдерея, 1 луковицу и дольку чеснока, сварить из них овощной бульон. Не забудьте щедро посолить бульон, добавить перец горошком, майоран и лавровый лист.

3. Помидоры ошпарить, снять с них кожицу, нарезать кубиками.

4. В большой кастрюле разогреть оливковое масло, обжарить в масле мелко нарезанный лук и 2 дольки чеснока, добавить помидоры. Потушить 3–4 минуты и влить 3 половника бульона.

5. Нарезать кружочками цукини, морковь, стебель сельдерея и добавить их в кастрюлю. Проварить пару минут и добавить фасоль и еще немного бульона. Варить до готовности фасоли. В конце посолить и добавить щепотку базилика и орегано. Перед подачей на стол добавить в каждую тарелку горячего супа по горсти натертого сыра.

Азиатский салат

На 4 человека как закуска

400 г замороженной стручковой фасоли

2 груши

200 г салата (корн, фриссе или любой другой салат, который вы любите)

2 ст. ложки оливкового масла

2 ст. ложки орехового масла

2 ч. ложки кунжутного семени

50 г бразильского ореха (подойдут кешью или другие орехи с интересным вкусом)

сок половинки лимона

крупная морская соль

свежемолотый черный перец

1. Фасоль разморозить и отварить в течение 10 минут, слить воду. Миску с фасолью поставить в другую миску, большую по объему, наполненную льдом. Фасоль будет «шокирована» резкой сменой температуры и сохранит свой ярко-зеленый цвет. Добавить в фасоль оливковое масло.

2. Груши нарезать тонкими ломтиками и сбрызнуть соком лимона, чтобы они не потемнели.

3. Поджарить слегка орехи, истолочь их в ступке, но не слишком мелко. Кунжутное семя также слегка подсушить на медленном огне.

4. Растереть в ступке по крупной щепотке морской соли и перца.

5. Перемешать фасоль, груши, вымытые и высушенные листья салата, приправить солью с перцем, добавить ореховое масло и еще раз перемешать. Выложить салат на блюдо и подавать, присыпав орехами и кунжутным семенем.

Красная фасоль с колбасками

На 6 человек как обед
2 стакана красной фасоли
2 луковицы
1 большой ломтик жирной грудинки (примерно 100 г)
100 г копченой ветчины
6 домашних колбасок
1 стакан красного сухого вина
1 ст. ложка сливочного масла
небольшой пучок тимьяна
лавровый лист
морская соль

1. Замочить фасоль в тяжелой кастрюле минимум на 6 часов. Затем, не сливая воду, добавить лук, тимьян и лавровый лист. Поставить кастрюлю с фасолью на плиту и на медленном огне варить не менее 2 часов, в конце варки добавить соль. Следите, чтобы фасоль набухла, но не растрескалась.

2. Лук, тимьян и лавровый лист вынуть, откинуть фасоль на дуршлаг, воду слить в миску. Фасоль накрыть крышкой, чтобы она не подсыхала.

3. Растопить в глубокой сковороде сливочное масло, добавить грудинку, ветчину, колбаски и обжарить их, не подрумянивая слишком сильно.

4. Добавить фасоль, вино и около 4 стаканов воды, в которой варилась фасоль.

5. Накрыть сковороду круглым куском бумаги для выпечки, так чтобы она выступала за края сковороды, накрыть плотно прилегающей крышкой и тушить минут 30 на слабом огне.

Гречка

Гречка — самая русская из всех круп. С молоком, с маслом, зажаренная с луком, с ветчиной, с грибами — она всегда желанна в моем семейном меню. В основном используем ядрицу. Крупная, спелая крупа идеальна для приготовления каш. А есть еще «Велигорка» — мелкая, целая гречневая крупа, «Смоленская крупа», которая довольно часто упоминается в кулинарных книгах XIX столетия. Эта мелкая гречка, окатанная до величины макового зерна, применялась для сладких каш и начинки пирогов. И конечно, гречневая мука — какие с ней блины! На севере Франции тоже ценят гречку, ну а уж наши братья-славяне, так же как и мы, просто влюблены в это чудо!

Гречка с тофу

На двоих как обед
100 г гречки
200 мл горячей воды
150—200 г тофу (соевого творога)
1 корешок имбиря
2 дольки чеснока
1 ч. ложка растительного масла
2 ст. ложки соевого соуса
1 ч. ложка сухого базилика
1/4 ч. ложки мускатного ореха
горсть листьев свежего базилика

1. Имбирь почистить и натереть на мелкой терке, чеснок раздавить в чеснокодавке.

2. В тяжелой кастрюле разогреть растительное масло, добавить имбирь, чеснок, мускатный орех и соевый соус.

3. Добавить гречку, помешивая, слегка прогреть. Влить воду, накрыть крышкой и варить на медленном огне 12–15 минут.

4. Добавить сухой базилик и перемешать. Подавать гречку, положив сверху нарезанный кусочками тофу и присыпав свежим базиликом.

Гречка по-восточному

На двоих как обед
100 г гречки
6 шампиньонов
3 сушеных грибочка
маленькая луковица
половинка перца чили

1 зубчик чеснока
2 ст. ложки соевого соуса
1 ст. ложка растительного масла
1 ч. ложка коричневого сахара
сок половины лимона
1/2 ч. ложки кардамона
несколько листочков мяты
морская соль

1. Гречку залить двумя объемами воды, накрыть крышкой и поставить на сильный огонь.

2. Когда вода закипит, добавить в кастрюльку мелко нарезанный лук, щепотку растертых сухих грибов и щепотку соли. Убавить огонь, накрыть крышкой и варить 12–15 минут.

3. Разогреть в сковороде-вок растительное масло. Добавить кардамон, мелко нарезанный чеснок и перец чили, сахар, лимонный сок, измельченные сухие грибы, соевый соус и шампиньоны, нарезанные тонкими кусочками.

4. Жарить все 2–3 минуты, добавить гречку и перемешать. Присыпать мятой и подавать.

Сухие грибы

Сухие грибы — это не просто замена свежим грибам, это отдельный ингредиент, приправа, которая придаст блюду замечательный грибной аромат. Как правило, сухие грибы имеют более интенсивный, сильный вкус, чем свежие, и поэтому двух-трех сухих грибочков, растертых в ступке или прямо в пальцах в пыль, хватит, чтобы внести в какое-нибудь блюдо или соус потрясающую грибную ноту. Качество грибов зависит от того, какой сорт засушен, белые или так называемые черные, то есть не такие ценные. Конечно же, самые вкусные — это грибы из рода белых, то есть подосиновики, подберезовики, ну и, разумеется, сами белые грибы. Лучше всего покупать грибы в прозрачных упаковках или вообще на развес, чтобы видеть, нет ли на них повреждений. Грибы должны быть нарезаны ровными пластинками, вместе с ножкой и шляпкой, они не должны быть слишком темными. Если грибы поломаны на слишком маленькие кусочки, а продавец утверждает, что это белые грибы, скорее всего, это, в лучшем случае, смесь грибов, а может быть, и грибы темных сортов. Сухие грибы можно использовать круглый год. Лучше всего, когда они высушены просто на бумаге; когда их сушат в печке, их вкус немного теряется.

Рисовые блинчики с сушеными грибами

На 4 человека как закуска
300 г круглозернистого риса (Arborio, Японика)
50 г сушеных белых грибов
1 луковица
90 мл белого сухого вина
1 яйцо
3 ст. ложки рисовой муки (можно заменить обычной)
2 ст. ложки оливкового масла
любое растительное масло
горсть изрубленной петрушки и укропа
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Сухие грибы замочить в теплой воде на 10 минут.
2. Разогреть в сковороде оливковое масло, поджарить мелко искрошенный лук до прозрачности.
3. Добавить рис, перемешать и добавить вино. Готовить рис 15 минут, время от времени подливая воду.
4. Грибы отжать и нарезать.
5. Добавить в рис грибы, петрушку и укроп, муку, яйцо, посолить и поперчить.
6. Перемешать все тщательно, слепить небольшие блинчики и обжарить их на растительном масле.

Чили

Чили — такой же необходимый ингредиент в кулинарии, как и черный перец. Остроту, которую чили может придать блюду, не сравнить ни с чем. Чем меньше плод, тем он острее, и конечно, вся его острота в семенах. Маленькие чили, как правило, продаются уже сухими, в маленьких баночках или пакетиках. Лучше хранить их в баночках с плотно закрывающейся крышкой. В Италии их называют дьяволята, такие они острые, но добавляют их в очень и очень многие блюда. В наших супермаркетах обычно продаются свежие плоды побольше и поплотнее, вкус у них гораздо нежнее, чем у мелких чили, из них очень просто вынуть семена и добиться того, чтобы вкус был сладкий или же пряный, но не острый. Просто нужно разрезать длинный перчик чили вдоль пополам и ножом вынуть семечки, а сам перец мелко изрубить или порезать на тонкие полосочки, перемешать с оливковым маслом, добавить немножко соли и каплю уксуса — получится простой, но очень вкусный соус. Зеленые перчики чили должны быть очень спелыми, вкус у них более свежий и менее сладкий. Довольно часто они не очень острые, и поэтому их используют для того, чтобы, смешав с другими травками, усилить вкус салата. Я их смешиваю с соком лимона и оливковым маслом. У итальянцев я научилась замечательному способу придавать овощам интересный вкус. Все просто — овощи добавляются в сковородку, в которой уже есть размягченный чеснок и сухой перец чили. Несколько минут подержать на сковороде и подавать блюдо чуть теплым. Незабываемо!

Тайский куриный суп

На 4 человека как обед
200 г куриного филе
1 упаковка рисовых макарон
полкочана молодой капусты, примерно 300 г
2 небольшие луковицы
1 морковь
2 головки молодого чеснока
1 зеленый перец чили
100 г ростков сои (или любых других ростков)
1 ст. ложка рисового уксуса
5 перьев зеленого лука
3 гвоздики
горсть кинзы
соевый соус

1. Сварить бульон из моркови, одной луковицы и головки чеснока (вымытую и почищенную морковь нарезать крупно, лук и чеснок разрезать пополам).

2. Оставшийся лук нарезать полукольцами, чеснок — пластинками. Добавить в бульон лук, чеснок, половинку перца чили без семян, рисовый уксус, гвоздику и половину капусты, которую надо нарезать довольно крупно. Варить на сильном огне несколько минут, затем процедить через сито в другую кастрюлю. (Из отварных овощей можно приготовить очень вкусное овощное заливное.)

3. Мелко нашинковать вторую половину капусты, куриное филе разрезать на тоненькие полоски.

4. Довести бульон до кипения, добавить курицу и капусту, через минуту рисовые макароны и варить суп до готовности макарон (на каждой упаковке указано время их приготовления).

5. Мелко изрубить кинзу, соевые ростки и оставшийся перец чили, зеленый лук нарезать длинными колечками, наискосок. Подавать суп с соевым соусом, присыпав кинзой, соевыми ростками, луком и чили.

Тайский салат

На двоих как закуска
2 отварные куриные грудки
1 грейпфрут
3 ч. ложки соевого соуса
2 ч. ложки кунжутного масла
1 ст. ложка растительного масла
1 красный перец чили
1 зеленый перец чили
немного листьев мяты и кинзы

1. Курицу нарезать крупными кубиками, грейпфрут разделить на дольки, очистить от пленок, перец нарезать кружочками.

2. Перемешать курицу, листья кинзы и мяты, кружочки перца.

3. Добавить кунжутное и растительное масло, соевый соус, сок и мякоть грейпфрута и еще раз перемешать.

Тальятелле «Aglio, Olio, Peperoncino» («Чесночок, оливковое масло, чили»)

На 4 человека как легкий ужин
300 г тальятелле
4 дольки чеснока
2 сухих перчика чили (или 1 свежий)
большая горсть мелкорубленой петрушки
оливковое масло
морская соль

1. В кипящую воду добавить 1 ст. ложку оливкового масла и щепотку соли. Отварить в этой воде тальятелле.

2. В тяжелой сковороде разогреть 3 ст. ложки оливкового масла, добавить измельченные чеснок и перец чили, довести чеснок до прозрачности, не дав ему зазолотиться.

3. Отбросить тальятелле на дуршлаг, сохранив 50—100 мл воды, в которой они варились.

4. Соединить на сковороде макароны с чесноком и чили, добавить чуть-чуть воды от макарон. Соус должен быть сочным, но не водянистым. Полить щедро оливковым маслом и присыпать петрушкой. Немедленно съесть!

Грейпфрут

Грейпфрут, который, по-моему, родственник лимона (или нет?), тоже может спасти «скучный» зеленый салат и талию, потому что в нем калорий мало, а витаминов много.

Салат с грейпфрутом

На двоих как закуска

любые листья салата (радиккио, руккола, кудрявый эндивий и т. д.)

100 г кедровых орешков

1 грейпфрут

4 ст. ложки оливкового масла

морская соль

свежемолотый черный перец

1. Обжарить кедровые орешки (масло в сковороду не добавлять).

2. Грейпфрут почистить, половину мякоти разделить на дольки, очистить от пленочек.

3. Из второй половины грейпфрута выжать сок, добавить оливковое масло, щепотку соли и перца.

4. Перемешать листья салата с дольками грейпфрута, полить заправкой, еще раз аккуратно перемешать и посыпать кедровыми орешками.

Лимоны

Лимоны играют важную роль на моей кухне, я использую и цедру, и кожуру, и сок лимонов во многих рецептах. Бледно-желтый слой кожуры, не касающийся белой мякоти, — самое ароматное, что есть в лимоне. Если, например, бросить кусочек такой кожуры в мясной бульон, то получится совершенно потрясающий аромат. Соединив мелко рубленную цедру лимона с чесноком и петрушкой, мы получим классический итальянский соус Gremolata, который добавляют к рыбе и мясу. Им же можно заправить спагетти или рис. Лимонный сок добавляется в заправки к салатам, лимоном сбрызгиваются рыба, фрукты, из лимонов можно делать вкуснейшие сорбе и мороженое и так далее, и так далее. Сортов лимонов огромное количество. Есть лимоны, которые целиком карамелизируют и потом добавляют в выпечку. Есть лимоны сицилийские, с толстой кожурой и очень ароматные. Африканские лимоны, большие и сладкие, с сочной и нежной мякотью, можно есть, как апельсины или грейпфруты, или нарезать кусочками и добавлять в салаты, в них отсутствует острая кислота (между прочим, есть такие апельсины, которые напоминают лимоны, это сицилийские апельсины, небольшого размера, бледно-оранжевого цвета, и, если, конечно, вам удастся их раздобыть, во многих рецептах они с большим успехом могут заменить лимоны). Я предпочитаю покупать абхазские или грузинские лимоны, потому что у них тонкая кожура и, на мой взгляд, на московских рынках это самые вкусные лимоны, которые можно найти.

Лимонное ризотто

На 4 человека на обед
250 г риса Arborio
1,5 л овощного или куриного бульона (см. стр. 10)
1 стебель сельдерея
1 луковица
1 желток
50 мл сливок
100 г натертого сыра пармезан
2 ст. ложки сливочного масла
3 ст. ложки оливкового масла
мелко натертая цедра одного лимона
сок половины лимона
морская соль

1. Очень-очень мелко изрубить лук и сельдерей.

2. Разогреть в глубокой сковороде сливочное и оливковое масло, добавить лук и сельдерей, обжаривать 5–6 минут до прозрачности лука, добавить щепотку соли.

3. Всыпать рис, перемешать и постепенно, половник за половником, добавлять бульон. Постоянно помешивать и следить за тем, чтобы рис не плавал в жидкости, а впитывал бульон. Держать на огне 15–18 минут.

4. Смешать желток, сливки, половину сыра, цедру и сок лимона и добавить в ризотто. Перемешать и снять с огня. Присыпать оставшимся пармезаном и сразу же подавать к столу.

Лимонные тарталетки

Духовку разогреть до 160 ˚С.
250 г муки
125 г охлажденного сливочного масла
100 мл 35 %-ных сливок
сок 4 лимонов
цедра одного лимона
5 яиц
70 г сахара
1 ст. ложка сметаны
щепотка морской соли

1. На мелкой терке натереть охлажденное сливочное масло, добавить муку и соль и растереть до состояния мелкой крошки.

2. Добавить сахар и хорошенько вымешать.

3. Сделать в муке углубление, добавить яйцо, сметану и замесить тесто.

4. Скатать из теста шар, завернуть в пленку и положить на час в холодильник.

5. Смазать небольшие формочки маслом, выложить в них тесто и, прижимая пальцами, распределить равномерно по дну и стенкам формочки. Проткнуть тесто в нескольких местах вилкой и выпекать 10–15 минут.

6. Сливки довести до кипения (но не кипятить!).

7. Оставшиеся яйца взбить с сахаром и осторожно ввести к ним чуть остывшие сливки, добавить сок и мелко натертую цедру лимона. Все вместе слегка взбить.

8. Наполнить лимонной начинкой пропеченные тарталетки и выпекать их еще 35 минут.

Сицилийский торт

На 10–12 человек
Духовку разогреть до 180 °С.
350 г муки
175 г охлажденного сливочного масла
300 г размягченного сливочного масла
300 г сахара
50 г сахарной пудры
11 желтков
6 яиц
сок и мелко натертая цедра 7 лимонов
щепотка морской соли

1. Муку просеять, натереть на терке охлажденное масло, добавить соль и перемешать все до состояния крупной крошки.

2. Добавить сахарную пудру, 3 желтка, замесить тесто, скатать из него шар. Завернуть в пленку и положить на час в холодильник.

3. Взбить в миске венчиком 6 яиц и 8 желтков, добавить сахар, цедру и сок лимонов.

4. Поставить миску на водяную баню и, постоянно помешивая, дождаться, когда сахар растворится, затем добавить размягченное сливочное масло.

5. Когда крем загустеет, снять с водяной бани.

6. Большую разъемную форму диаметром 26–28 см смазать маслом. Натереть охлажденное тесто прямо в форму, распределяя его по дну и краям формы равномерным слоем толщиной 5 мм.

7. В разогретой духовке выпекать тесто 15 минут, затем влить лимонно-желтковый крем и отправить в духовку еще на 5–8 минут.

Клюква

Для меня клюква пахнет зимой и праздником! Ягоды клюквы сочные, темно-красные, с толстой кожицей и кислые на вкус. В них очень много разных витаминов и микроэлементов, а еще в клюкве есть серебро — самый редкий элемент для плодов и овощей. Из клюквы чего только не делают — и варенье, и соки, и экстракты, и джемы, и соусы. А засахаренная клюква! Клюквенный морс не только очень вкусный, но лучший жаропонижающий и жаждоутоляющий напиток!

Соусы из клюквы довольно часто подают к блюдам из дичи и птицы, и правильно делают.

И вы тоже варите варенье, соусы, компоты!

Клюквенный соус

Клюквенный соус, без которого я не могу себе представить ни утку, ни индейку, ни цыпленка табака. Совершенно гениальный соус к мясу!

340 г клюквы (лучше свежей, но подойдет и замороженная)

200 г сахара

3 ст. ложки вишневого ликера или апельсинового сока, который должен быть очень сладким (если вы используете апельсиновый сок, добавьте еще столовую ложку коньяка)

75 мл воды

1. Все ингредиенты смешать и отправить в кастрюлю с толстым дном. Накрыть крышкой и оставить кипеть на медленном огне 15–20 минут. Как только клюква «взорвалась» и масса стала однородной (как правило, минут через 10), попробовать и добавить по вкусу либо сахара, либо лимонного сока.

2. Оставить на огне еще на 5 минут, выключить, остудить и отправить в холодильник. Перед подачей на стол соус нужно размять, так как в холодильнике он застывает и становится очень густым.

Рождественский пирог

Духовку разогреть до 180 ˚С.
350 г сливочного масла
350 г коричневого сахара
350 г муки
5 яиц
150 г фундука
100 г миндаля
200 г чернослива
200 г кураги
200 г изюма
200 г сушеной клюквы
200 г сушеного инжира
1 ч. ложка разрыхлителя коньяк

1. Все сухофрукты довольно мелко нарезать, так чтобы они были примерно одинакового размера.

2. Взбить коричневый сахар с маслом, ввести по одному яйца.

3. Добавить измельченные в блендере миндаль и фундук.

4. Ввести просеянную муку и разрыхлитель и вымешать все хорошенько.

5. Круглую высокую форму смазать маслом, присыпать мукой и выложить в нее тесто. Выпекать при температуре 180 ˚С один час, затем убавить до 160 ˚С и выпекать еще около 2 часов, прикрыв сверху бумагой для выпечки. Готовый пирог сбрызнуть коньяком. Его можно испечь заранее и хранить около двух недель, но тогда нужно обязательно «освежать» каждый день коньяком.

Груши с клюквой под хрустящим тестом

На 3 человека как десерт
Духовку разогреть до 180 °C.
3 мягкие груши
150 г замороженной или свежей клюквы
200 г сливочного масла (охлажденного)
200 г муки
150 г сахара
щепотка морской соли

1. Натереть на крупной терке 175 г масла, добавить просеянную муку, 100 г сахара, соль и замесить тесто, завернуть его в пленку и положить на полчаса в холодильник.

2. В жароупорной посуде растопить 25 г масла, всыпать 50 г сахара и сварить карамель.

3. Добавить клюкву и тонкими ломтиками нарезанные груши. Подождать до тех пор, пока груши и клюква станут мягче, а лишняя жидкость выпарится. Снять форму с огня.

4. Поверх груш и клюквы натереть на крупной терке тесто. Выпекать 25–30 минут.

Январь

Авокадо

Авокадо мне напоминает о солнечной беззаботной Мексике, именно там я впервые попробовала хрустящие кукурузные лепешки с соусом из авокадо. Меня очень пугали, что нельзя есть пищу, купленную на улице, можно смертельно отравиться. А я попала в мексиканскую деревню, и очень старая бабушка, лучезарно улыбаясь, кормила детей кукурузными лепешками; увидев меня, она протянула и мне. Я сначала радостно слопала лепешку, подумав, что никогда не пробовала такого нежного и в то же время острого соуса, а потом только спохватилась, что делать этого, наверное, не следовало. Но было поздно, и я решила: «умирать, так с музыкой» — и съела еще с десяток лепешек. И не умерла. Плоды авокадо бывают, как правило, грушевидной формы, с кожурой желто-зеленого, желтого, темно-зеленого, коричневого или даже черно-фиолетового цвета, которая обычно легко отделяется от мякоти. Мякоть должна быть кремовой или желтоватой окраски, маслянистая, слегка пресноватая, напоминающая на вкус грецкий орех. Авокадо страшно полезно, в нем огромное количество жирного масла, белков, кальция и железа. Это настоящее спасение для вегетарианцев. Мякоть, приправленную солью, перцем и лимонным соком, можно намазать на гренки вместо масла или добавить кусочки плода в салат. Если вы купили твердое авокадо, оставьте его на 1–2 дня, и оно дозреет, станет мягким. Когда выбираете авокадо в магазине или на рынке, обращайте внимание на кожуру, она должна быть неповрежденной и без темных пятен.

Салат из шампиньонов и авокадо

На 4 человека как закуска
300 г шампиньонов
1 авокадо
сок одного лимона
3 ст. ложки оливкового масла
горсть листьев мяты
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Шампиньоны вымыть, почистить, нарезать тоненькими пластинками и сбрызнуть лимонным соком, чтобы они не потемнели.

2. Сделать заправку из оставшегося сока лимона, оливкового масла и щепотки перца и соли и заправить грибы.

3. Авокадо почистить и нарезать небольшими дольками, добавить к грибам и перемешать. Посыпать салат листьями мяты.

Суп из авокадо

На 6 человек как легкая закуска
5 авокадо
2 луковицы
3 зубчика чеснока
1 морковь
1 стебель сельдерея
2 помидора
2 ст. ложки оливкового масла
кукурузные лепешки
горсть порубленной кинзы
белый молотый перец
морская соль

1. Сварить овощной бульон из моркови, сельдерея и луковицы.
2. В большой кастрюле разогреть оливковое масло и слегка потушить крупно нарезанный лук и чеснок.
3. Добавить мякоть авокадо, влить немного бульона, посолить и поперчить по вкусу.
4. Взбить суп в блендере. Если он получается слишком густым, добавить еще бульона.
5. Помидоры ошпарить, снять с них кожицу и нарезать небольшими кубиками, удалив семена и сок. Подавать суп с кукурузными лепешками, добавить в тарелку немного помидоров и кинзы.

Чечевица

Чечевица очень любима индусами, итальянцами, и хиппи-вегетарианцы ее тоже очень любят. Чечевица бывает бледно-зеленого цвета, сероватого, коричневого, цвета палочки корицы или кораллового. Она очень вкусная, у нее такой земной, ореховый вкус. Ее не нужно замачивать, уже через полчаса варки она нежная, мягкая и совершенно готова. Если добавить к обыкновенной отваренной чечевице поджаренный лук с кусочками бекона или сала, грибами, тогда вкус блюда становится острым и немножко подкопченным. Недоваренная чечевица, на мой взгляд, ужасна. Лучше ее переварить, именно тогда в ее вкусе появляются ореховые нотки. Очень вкусна чечевица, сваренная в бульоне или настое из сухих грибов, а еще очень здорово работает комбинация воды и вина. Есть такой соус — ворчестер, он может придать чечевице немного лесной вкус и аромат. Всегда хорош с чечевицей соевый соус, бальзамический, вишневый или винный уксус. А лимон, добавленный в самом конце приготовления, заставит чечевицу не только запеть, но и станцевать!

Суп из чечевицы с луком

125 г коричневой или зеленой чечевицы
2 крупных лука-шалота или 2 небольшие луковицы
2 крупные дольки чеснока
2 небольших сухих перца чили
2 горсти коричневых грибов или шампиньонов (100 г)
2 ст. ложки оливкового масла
сок 1 лимона
1 л куриного бульона или воды
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Почистить и крупно нарезать лук, в высокой и тяжелой сковороде разогреть оливковое масло и потушить лук на медленном огне до прозрачного состояния, не дав ему зазолотиться. Добавить почищенный и раздавленный чеснок, искрошить чили.

2. Пару минут потушить, затем нарезать крупно грибы и отправить в сковороду. Накрыть крышкой и готовить 5 минут, помешивая.

3. Добавить чечевицу и залить водой или бульоном так, чтобы все было покрыто двойным объемом, довести до кипения, после чего можно еще добавить лавровый лист. Убавить огонь и варить на медленном огне до полной готовности чечевицы, около 30 минут.

4. Посолить, приправить черным перцем и заправить соком лимона. Можно добавить натертого хрена или острого соуса вроде табаско.

Чечевица со сливками и имбирем

200 г зеленой или коричневой чечевицы
1 большая луковица
2 помидора
2 крупные дольки чеснока
50 г сливочного масла
корешок имбиря, размером с большой палец
1 перец чили
100 мл 22–33 %-ных сливок
1 ч. ложка куркумы
1 ч. ложка карри
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Отварить чечевицу до мягкого и нежного состояния, в течение 20–25 минут. Слить воду.

2. На сковороду с толстым дном отправить сливочное масло, раздавленный чеснок и тонко нарезанный лук. На медленном огне готовить до тех пор, пока лук не станет золотистым и по кухне не поплывет замечательный запах сливочного масла и жареного лука.

3. Натереть имбирь, добавить к луку, оставить тушиться на 1 минуту, добавить крупно нарезанные помидоры и мелко изрубленный перец чили без семян. Потушить все вместе 5 минут.

4. Влить сливки и добавить куркуму и карри и готовить на очень медленном огне. Через 10 минут посолить и добавить свежемолотый перец. Затем добавить чечевицу. Попробуйте соус! Если его вкус привел вас в восторг, смело отправляйте на сковороду чечевицу. Когда она прогреется, выложите все на большую тарелку и ешьте с поджаренным хлебом, или цыпленком на гриле, или баклажанами, запеченными в духовке.

Чечевица с мятной заправкой

150 г чечевицы
пучок мяты
горсть листьев базилика
7 ст. ложек оливкового масла
3 ст. ложки винного уксуса
2 лука-шалота
морская соль

1. Отварить чечевицу в подсоленной воде.
2. Истолочь в ступке мяту, добавить оливковое масло, уксус и нарезанный тонкими колечками лук.
3. Добавить к чечевице мятную заправку и посыпать базиликом.

Оливки

Про оливки можно написать книжку. Потому что в каждой стране, где растут оливки, их собирают по-разному, по-разному хранят, по-разному обрабатывают. И абсолютно все уверены, что их рецепт самый лучший. Почему оливки бывают разного цвета? Потому что, если вы видите оливки зеленые, значит, их собирали с дерева до того момента, как они созрели. Если они коричневато-пурпурного цвета, это значит, что их собрали, когда они только-только поспели. А если они черные, это значит, их собирали совершенно зрелыми. Оливки — замечательное добавление ко многим рецептам. Они прекрасны сами по себе как аперитив или закуска. Можете сами приготовить купленные вами в магазине оливки, добавив к ним оливковое масло, перец чили, чеснок, травки (розмарин, тимьян, майоран и т. д.) и подержав всю эту смесь несколько дней в контейнере с плотно закрывающейся крышкой. Если вы добавляете масло, а добавлять его надо обязательно, то это должно быть масло первого холодного отжима, extra virgin. Потому что не очень качественное оливковое масло может убить всю идею.

Тапенад

1 банка оливок (если оливки с косточками, то косточки надо вынуть)

1 небольшая банка тунца в растительном масле

50 мл оливкового масла

1 ст. ложка дижонской горчицы

горсть каперсов (или одна самая маленькая баночка)

5—6 анчоусов

сок половины лимона

любые овощи (например, сладкий перец, цикорий, фенхель, огурцы, сельдерей, морковь, помидоры)

3—4 отваренных яйца

нарезанный ломтиками хлеб

горсть листьев базилика

чеснок

1. Взбить в блендере оливки, каперсы, тунец, горчицу, оливковое масло, анчоусы и сок лимона до состояния густого соуса.

2. Подавать с овощами, нарезанными соломкой. Яйца можно фаршировать тапенадом, разрезав их пополам и вынув желтки. С помидорами та же история: вынимаем сердцевину, сок и семена и начиняем тапенадом.

3. Ломтики хлеба обжарить, натереть чесноком, сверху выложить тапенад. Присыпать базиликом.

Фокачча с оливками

Духовку разогреть до 200 ˚С.
200 г муки
5 г сухих дрожжей
1 ч. ложка сахара
100 мл теплой воды
70 мл оливкового масла
4 луковицы
20—25 оливок (косточки вынуть)
10 анчоусов
горсть порубленной петрушки
1/2 ч. ложки сухого чабреца
7—8 долек молодого чеснока
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Залить дрожжи теплой водой. Когда они растворятся, всыпать просеянную муку, сахар и 1/2 чайной ложки соли, замесить тесто.

2. Положить тесто в миску, смазанную щедро оливковым маслом, затянуть пленкой и поставить на 1 час в теплое место.

3. Затем добавить в тесто 60 мл оливкового масла, вымесить тесто еще раз.

4. Присыпать стол мукой и раскатать тесто. Форму смазать оливковым маслом, выложить в нее тесто и оставить еще на полчаса.

5. Разогреть 1 ст. ложку оливкового масла и обжарить нарезанный полукольцами лук и чеснок до золотистого цвета.

6. Добавить оливки, анчоусы, чабрец и щепотку перца, перемешать.

7. Половинку начинки выложить на тесто и выпекать 15 минут. Затем выложить остальную начинку, сбрызнуть оливковым маслом и выпекать еще 5 минут. Готовую фокаччу посыпать петрушкой.

Хлеб с оливками и чесноком

Духовку разогреть до 250 °С.
300 мл теплой очищенной или минеральной воды (без газа)
420 г муки
7 г дрожжей (пакетик)
75 мл свежевыжатого апельсинового сока
100 г муки грубого помола
10 г соли
75 мл оливкового масла
Начинка:
3 головки чеснока
10 оливок
2 ст. ложки оливкового масла
1 ст. ложка бальзамического уксуса
3 ст. ложки сахара
горсть листьев розмарина
щепотка свежемолотого черного перца
1 ч. ложка морской соли
2 ст. ложки воды

1. Большую миску наполнить горячей водой, чтобы она прогрелась. Затем воду вылить, миску протереть насухо.

2. Влить в нее теплую воду, всыпать 210 г просеянной муки и добавить дрожжи. Перемешать и оставить на 1,5–2 часа в теплом месте.

3. Добавить еще 210 г муки, апельсиновый сок, муку грубого помола, соль и вымесить.

4. Добавить 25 мл оливкового масла и еще раз вымесить. Накрыть миску пленкой и оставить на 45 минут.

5. Еще два раза, с интервалом в 45 минут, добавлять по 25 мл масла, обминать тесто и ставить в теплое место.

6. В тяжелой сковороде разогреть оливковое масло, обжарить почищенный и разделенный на дольки чеснок, добавить воду, бальзамический уксус, сахар, соль, перец, розмарин и оливки (косточки вынуть). Тушить на медленном огне 5 минут.

7. Раскатать тесто в прямоугольный пласт толщиной 1–2 см, выложить на него начинку и свернуть тесто конвертом. Накрыть влажной тканью и оставить на полчаса.

8. Выложить конверт из теста с начинкой на присыпанный мукой противень, смазать оливковым маслом.

9. Выпекать 5 минут при температуре 250 °С, затем убавить

до 180 °C и выпекать еще 35–40 минут, до появления хрустящей корочки. Разрезать хлеб, только когда остынет.

Семга с оливками

200 г филе семги с кожей
2 небольших помидора
8 оливок
половинка молоденького кабачка или цукини
10 каперсов
2 вяленых помидора в оливковом масле
1 долька чеснока
оливковое масло
морская соль
свежемолотый черный перец

1. В сковороде разогреть пару ложек оливкового масла, обжарить крупно нарезанный чеснок.

2. Кабачок нарезать ломтиками. Помидоры ошпарить, снять кожицу, удалить мякоть с семенами и соком и нарезать кубиками.

3. Добавить к чесноку кабачки, помидоры, оливки (косточки вынуть), каперсы, нарезанные кусочками вяленые помидоры. Поперчить и посолить по вкусу.

4. Разогреть хорошенько вторую сковороду, щедро посыпать ее солью. Обжарить семгу по нескольку минут на каждой стороне. (Жарьте сначала на той стороне, где есть кожица.)

5. Уложить семгу на блюдо, сверху выложить овощи и сбрызнуть оливковым маслом.

Чернослив

Чернослив — это вяленые или сушеные плоды определенного сорта слив. Со времен Римской империи искусные повара знали и ценили чернослив за его интенсивный вкус, сговорчивость в сочетании со многими продуктами и полезные свойства. Когда вы покупаете чернослив, обращайте внимание на черный блестящий цвет, мягкую, но не липкую поверхность и на вкус, который не должен быть слишком сладким. Я стараюсь покупать чернослив без добавления растительных масел, сахара и консервантов, обязательно мою его и часто перед употреблением замачиваю. Он замечателен в салатах, в сочетании с сыром; утка, индейка, кролик, гусь очень любят чернослив. В Алжире с черносливом готовят ягнятину, в Дании и Польше свинину, в Германии бекон обжаривают с черносливом, а в Чехословакии с черносливом готовят даже карпа. А сколько замечательных десертов! Отдельную книжку нужно писать.

Чернослив в чае

Замечательно на завтрак с простоквашей или жирным творогом.

200 г чернослива

2 звездочки бадьяна

цедра апельсина

копченый чай (Lapsang Souchong) или чай с тем ароматом, который вам нравится

1. Заварить крепкий чай, добавить в него бадьян и снятую тонкой ленточкой кожуру апельсина.
2. Залить чернослив чаем и оставить на полчаса, чтобы чернослив набух и пропитался ароматом чая.

Клафутти с черносливом

На 6 человек
Духовку разогреть до 200 °С.
350 г чернослива без косточек
225 мл молока
225 мл 33 %-ных сливок
4 яйца
75 г муки
75 г сахарной пудры
30 мл коньяка
1 ст. ложка сливочного масла

1. Замочить чернослив в коньяке на 20 минут.

2. Взбить сливки электрическим миксером в крепкую пену (осторожно, не перебить!).

3. Яйца взбить с сахарной пудрой до увеличения в объеме в два раза, добавить молоко, просеянную муку, осторожно ввести взбитые сливки.

4. Широкую форму выложить бумагой для выпечки, смазать ее маслом.

5. Отжать слегка чернослив, выложить его на бумагу в один слой.

6. На чернослив выложить тесто. Выпекать 25–30 минут.

Кролик с черносливом

На 6 человек как ужин
Кролик (примерно 1,5 кг)
150 г чернослива
50 г коньяка
100 г лука-шалота целиком (луковицы должны быть как можно меньше)
1 ч. ложка тимьяна
2 ст. ложки горчицы
1 ст. ложка черносмородинового варенья
30 г сливочного масла
щепотка кайенского перца
морская соль

Для маринада:
1 морковь
1 стебель сельдерея
1 луковица
2 веточки петрушки
2—3 веточки розмарина
6 горошин черного перца
лавровый лист
3—4 гвоздички
бутылка белого сухого вина
50 мл винного уксуса

1. Мелко нарезать морковь, сельдерей и лук, добавить петрушку, розмарин, перец горошком, лавровый лист, гвоздички, влить вино и уксус. Отправить кусочки кролика в маринад, накрыть посуду крышкой и поставить минимум на час в холодильник (а лучше на ночь).

2. Замочить чернослив в коньяке на 30 минут.

3. Обсушить кусочки мяса бумажным полотенцем. В сковороде разогреть немного сливочного масла и обжарить кролика, отправив к нему шалот, через 5–7 минут добавить чернослив, потушить все вместе 20 минут и выложить на тарелку.

4. Маринад разделить на две части, половину взбить в пюре, добавив 6–7 черносливин (если нет блендера, протереть через сито). Соединить пюре с другой половиной маринада и уварить до густого состояния в сковороде, в которой жарился кролик.

5. Приправить тимьяном, горчицей, смородиновым вареньем,

кайенским перцем и солью. По кусочку, помешивая, добавить оставшееся сливочное масло, вернуть кролика в соус и прогреть 1–2 минуты. Выложить кролика на блюдо, украсить жареным шалотом и черносливом и подавать.

Февраль

Корица

Самая вкусная корица из Шри-Ланки и Китая, благоухает сладко и интенсивно, возбуждает аппетит. Упоминания о корице есть в санскритских текстах и в Библии. Замечательно сочетается с фруктами — яблоками, грушами, сливами. Сангрия без корицы — не сангрия, а грог — не грог!

Корица — родственница лаврового листа. Это кора кустарника; чем тоньше кора, тем ароматнее и тоньше пряность. Лучшей считается китайская и лаосская корица. Конечно, корица правит в кондитерском деле — куличи, фруктовые пироги, кексы, пряники, варенья, муссы и так далее. Особенно хороша она с яблоками, грушами и айвой. Очень помогает при приготовлении жирного мяса. Мой муж вспоминает, как его мама готовила простоквашу с корицей. В общем, чудо, а не пряность! Целиком (палочкой) ее добавляют в жидкие блюда, а размолотую — в тесто, в рис, в творог. Переборщить с корицей трудно, где-то 1 ч. ложка на килограмм риса, творога, мяса или теста или 1–2 палочки на 1 литр жидкости.

Ароматный рис

500 г длиннозернистого риса
1 луковица
полголовки чеснока
4 палочки корицы
10 гвоздик
1 красный перчик чили
1/2 ч. ложки зерен кардамона
2 ст. ложки растительного масла
горсть порубленной кинзы
морская соль

1. В тяжелой кастрюле разогреть растительное масло, обжарить мелко нарезанный лук и чеснок.
2. Добавить корицу, перец чили, гвоздику и кардамон, помешивая, дождаться, когда лук зазолотится, и всыпать рис. Все перемешать.
3. Влить кипяток (воды должно быть в 2 раза больше, чем риса) и накрыть крышкой. Убавить огонь и варить 12 минут.
4. Посолить, добавить кинзу и перемешать.

Яблочный пирог с корицей

Духовку разогреть до 180 °C.
250 г муки
200 г размягченного сливочного масла
10—12 крупных крепких яблок
полстакана сахара
2—3 ст. ложки воды
1/2 ч. ложки корицы

1. Порубить ножом муку и 125 г размягченного масла, сделать ямку и влить в нее воду. Вымесить тесто (оно должно перестать крошиться, стать эластичным), завернуть его в пленку и положить минимум на полчаса в холодильник.

2. С яблок снять кожуру, удалить семена, разрезать каждое на 8 частей.

3. Раскатать тесто так, чтобы получился круглый пласт.

4. Круглую разъемную форму смазать маслом, присыпать мукой. Уложить тесто так, чтобы у коржа получился небольшой бортик.

5. Присыпать тесто сахаром, уложить яблоки веером (как можно компактнее!).

6. Посыпать сахаром и корицей, сверху положить небольшие кусочки масла и выпекать 25–30 минут.

Миндаль

Название миндаля, как полагают историки, произошло от прекраснейшей финикийской богини Амигдалы. Обильно цветущее дерево, как бы окутанное бело-розовым облаком, древние сравнивали с краснощекой богиней. Миндаль — один из самых полезных и вкусных орехов. Начинаешь его есть — и трудно остановиться! В нем много «хороших» жиров, белков и легкоусвояемых углеводов, именно поэтому он очень полезен ослабленному организму. Миндальное масло тоже вещь замечательная, оно состоит из большого количества ненасыщенных жирных кислот, очень полезных! Миндальное масло не имеет запаха и очень приятно на вкус. В медицине его используют, чтобы лечить бронхиальную астму и сильный кашель. Миндаль можно засахарить или глазировать, поджарить с солью и другими специями, его добавляют в самую разнообразную выпечку, в мороженое и десерты.

Миндаль в шоколаде

Очень здорово с крепким кофе, после ужина

Духовку разогреть до 100 °С.

200 г миндаля

100 г шоколада (горький, молочный, какой вам больше по вкусу)

4 ст. ложки какао

1 ст. ложка сахарной пудры

1. Высыпать миндаль на противень и сушить в духовке в течение 30–40 минут.

2. Шоколад растопить на водяной бане, не помешивать!

3. На бумагу для выпечки толстым слоем просеять какао.

4. Окунуть миндаль в шоколад, обвалять в какао. Чтобы избавиться от лишнего какао, положить миндаль в сито и слегка «протрусить». Подавать, присыпав сахарной пудрой.

Салат с миндалем и рокфором

На 4 человека как закуска

Для этого салата можно взять листья любого салата, главное, чтобы они были свежими, сочными и хрустящими. В данном случае довольно нейтральный фриссе хорошо дополняется чуть горькой рукколой и сочным, острым радиккио.

небольшие пучки салатов радиккио, руккола и фриссе
100 г сыра рокфор
50 г миндаля
4—5 ст. ложек оливкового масла
1 ч. ложка гранатового соуса «Наршараб»
1/2 ч. ложки меда
половина апельсина

1. Промыть и просушить бумажным полотенцем листья салата, нарезать довольно крупно.
2. Просушить в духовке или на сковороде миндаль и измельчить его в ступке или скалкой, завернув в полотенце.
3. Размять половину всего рокфора вилкой, добавить оливковое масло, «Наршараб», мед и тщательно перемешать заправку.
4. Выложить листья салата в глубокую посуду, посыпать миндалем, добавить заправку и перемешать. Сверху положить оставшийся рокфор, нарезанный кубиками, и дольки апельсина, очищенные от грубых перепонок.

Яблочный штрудель

На 10–12 человек
Духовку разогреть до 220 °С.
250 г муки
100 г размягченного сливочного масла
50 г сахара
100 мл теплой воды
7—8 крепких пахучих яблок
70 г миндаля
80 г изюма
1 яйцо
3 ст. ложки растительного масла
30 г панировочных сухарей или измельченного бисквитного печенья
1/4 ч. ложки корицы
1 желток
2 ст. ложки молока
сок половины лимона
щепотка соли

1. Просеять муку, сделать в ней ямку. Влить 1 ст. ложку растительного масла, добавить яйцо, щепотку соли и воду, замесить тесто.

2. Разделить тесто на две части. В одну часть добавить еще 1 ст. ложку растительного масла, соединить со второй частью и снова вымесить.

3. Скатать шар, примять его рукой, полить оставшимся маслом. Накрыть миской и оставить на полчаса.

4. Яблоки нарезать тонкими дольками, сбрызнуть лимонным соком. 5. Миндаль измельчить, изюм обдать кипятком.

6. Большое хлопчатобумажное полотенце присыпать мукой, раскатать на нем тесто как можно тоньше.

7. Смазать тесто сливочным маслом, присыпать сухарями, оставив с одного края теста полоску шириной 10 см.

8. На сухари равномерно выложить яблоки, изюм, миндаль. Присыпать сахаром, смешанным с корицей, положить несколько кусочков сливочного масла.

9. Разбить вилкой желток с молоком и смазать полоску теста без начинки.

10. С помощью полотенца свернуть штрудель «колбаской».

11. Смазать противень оставшимся маслом, присыпать мукой

и уложить штрудель швом вниз. Смазать его желтком с молоком и выпекать 40 минут. Во время выпекания еще 2–3 раза смажьте штрудель желтком с молоком.

Лесной орех

Лесной орех, может, и не такой полезный, как миндаль или грецкий орех, но он очень вкусный и замечательно подходит для выпечки и приготовления разных десертов. Поверите или нет, но в Италии соус из лесного ореха подают к мясу, макаронам и даже иногда к рыбе. Я обычно покупаю уже чищенный лесной орех на рынке и довожу его до готовности в духовке, а потом перетираю орешки ладонями, чтобы шелуха сошла. Получается очень вкусно. Иногда детей за уши не оттащить, они просто любят грызть орешки, как белки.

Запеченные яблоки

На 8 человек как десерт
Духовку разогреть до 150 °С.
10—12 крепких, среднего размера яблок
100 г фундука
100 г миндаля
100 г изюма
жидкий мед
сливочное масло

1. Сделать в каждом яблоке глубокое отверстие, удалить сердцевину.

2. Измельчить в ступке миндаль и фундук.

3. Начинить яблоки орехами, изюмом, добавить по 1 ч. ложке меда.

4. Уложить на противень и запекать около часа. Полить еще раз каждое яблоко медом, положить сверху по 1 ч. ложке сливочного масла. Запекать еще 5 минут при температуре 180 °С, чтобы яблоки закарамелизировались.

Бананы

Бананы знают и, похоже, любят все. Еще древнегреческие врачеватели предполагали, что употребление бананов не только полезно для организма, но и улучшает настроение. В них много сахара, белков, кальция, магния, железа, поэтому съедать один банан в день, особенно женщинам, необходимо. Бананы — это замечательный десерт на завтрак или ужин, их можно добавлять во фруктовые и молочные коктейли, карамелизировать, запекать с сыром или другими добавками. Но будьте осторожны те, кто следит за тонкой талией: бананы в 2–4 раза калорийнее других фруктов.

Бананы в кляре

3 банана
100 г рисовой муки
холодная газированная вода
сахарная пудра
арахисовое масло (или любое другое растительное масло, но без сильного запаха)

1. Всыпать в глубокую миску муку и добавить газированную воду, вымешать. Консистенция кляра должна напоминать жидкую сметану.
2. Разогреть в воке арахисовое масло.
3. Бананы почистить, разрезать вдоль, обмакнуть в кляр и жарить по нескольку минут на каждой стороне до золотистого цвета.
4. Присыпать сахарной пудрой.

Манго

Манго обычно продолговатое и зеленоватое, с красным или желтым бочком — как правило, со стороны, пригретой солнцем. Нежное, сочное, с ярко-оранжевой мякотью, пахнет лимоном, бананом, мятой. Очень полезное благодаря высокому содержанию железа и других витаминов, совсем не опасное для фигуры. В Азии и Индии очень любят незрелые плоды добавлять в салаты, тушить, варить из них варенье. Спелое манго хорошо подходит для приготовления сорбе, мармелада, желе или просто на десерт.

Салат-соус из манго

2 спелых манго
3 лайма
2 перца чили (красный и зеленый)
большой пучок кинзы
1/4 ч. ложки острого красного перца
морская соль

1. Манго разрезать пополам. Нарезав мякоть в «клеточку», вынуть ее ложкой.

2. Добавить мелко натертую цедру и сок лаймов, нарезанный колечками перец, щепотку соли и острый красный перец. Перемешать и поставить на час в холодильник.

3. Перед подачей на стол добавить порубленную кинзу и перемешать.

Финики

Финики в моем детстве были так же желанны и привлекательны, как и бананы. Сладкие как мед, они попадали на наш стол редко и поэтому смаковались как драгоценнейшее кушанье. Между прочим, так же к ним относились и в Древнем Египте и Греции. Теперь финики выращивают в Северной Африке и арабских странах. Финики очень богаты витаминами и минералами. Замечательны они не только на десерт, но и как аккомпанемент к мясу или рису. Но сильно не увлекайтесь: они очень сладкие, а значит, не безопасны для фигуры.

Песочные кексы с финиками

Духовку разогреть до 170 °С.
200 г фиников без косточек
200 г сливочного масла
225 г муки
125 г сахарной пудры
200—250 мл минеральной воды без газа
4 ст. ложки кукурузной муки
2 ч. ложки разрыхлителя
цедра одного апельсина
1/2 ч. ложки корицы
несколько капель ванильной эссенции

1. Масло нарезать кубиками, положить в глубокую посуду и оставить на полчаса, чтобы оно согрелось.

2. Просеять в масло муку, разрыхлитель и кукурузную муку, добавить ванильную эссенцию. Быстро замесить тесто, сформовать шар и, завернув в пленку, отправить на час в холодильник.

3. Финики положить в кастрюльку, влить минеральную воду, добавить цедру апельсина и корицу и довести до кипения. Когда финики слегка остынут, измельчить их ножом или в блендере.

4. Разделить тесто пополам. Глубокую небольшую форму смазать маслом и половину теста выложить в нее так, чтобы получился корж толщиной 1 см. Проткнуть тесто в нескольких местах вилкой.

5. На тесто выложить финики, равномерно распределяя, так чтобы слой фиников был примерно такой толщины, как и тесто.

6. Оставшееся тесто натереть на крупной терке и присыпать финики сверху.

7. Ножом осторожно разрезать слой фиников и верхний слой теста (не повредив нижний слой) на прямоугольники шириной 4–5 см.

8. Поставить противень в духовку, сразу же убавить температуру до 150 °С и выпекать 20–25 минут. Когда пирог остынет, присыпать его сахарной пудрой и разрезать на кексы по намеченным надрезам.

Апельсины

Уже древние греки знали апельсины, их замечательный сильный запах, сочную, утоляющую жажду мякоть, но, скорее всего, это были горькие апельсины, а сладкие попали в Европу из Китая в XV веке. В общем, так говорят историки, а я вам скажу, что лучшие апельсины с ноября по май, самые ароматные — испанские, марокканские и тунисские.

Без них на кухне тоска и скука, не только из-за радостного цвета, но и потому, что очень много симпатичных рецептов они могут превратить в гениальные.

Апельсиновое желе

400 мл свежевыжатого апельсинового сока
2 пластинки листового желатина
2 ч. ложки сахара

1. В небольшом количестве апельсинового сока замочить желатин.
2. В остальной сок добавить сахар, поставить на огонь и довести до кипения (но не кипятить!).
3. Соединить горячий апельсиновый сок с замоченным желатином, перемешать. Когда желатин растворится, разлить желе по небольшим чашкам, остудить и поставить в холодильник на 2 часа.

Апельсиновое варенье

В данном случае это настоящий мармелад, поэтому сколько вы возьмете фруктов, столько надо брать и сахара, и тогда получится что-то сумасшедшее! Если вы найдете сицилийские апельсины, я просто перед вами снимаю шляпу.

Предположим, у нас 1 кг апельсинов.

1. Апельсины замочить на сутки или двое в воде, затем воду слить и апельсины промыть. Когда замачиваешь апельсины, это дает апельсиновой кожуре размокнуть и открыть поры. В большую кастрюлю с толстым дном положить апельсины, залить холодной водой, так чтобы вода только покрывала их, и на медленном огне довести до кипения. Уменьшить огонь, накрыть неплотно крышкой и варить на медленном огне, время от времени помешивая, 3–4 часа, пока апельсины не станут совершенно мягкими. Следите за тем, чтобы вода не кипела, не бойтесь добавлять воду, если потребуется (но по капельке).

2. Снять с огня и охладить, вынуть из кастрюли, а сок, который остался в кастрюле, сохранить.

3. Апельсины разрезать на четыре части, вынуть все косточки и грубые кусочки внутренних перегородок. Порезать мякоть апельсинов вместе с кожурой на кусочки размером примерно 1 см, взвесить эту апельсиновую массу и отправить обратно в кастрюлю.

4. Отмерить 2/3 сахара от массы апельсинов. Засыпать апельсины сахаром, вернуть на огонь и на медленном огне довести до кипения, все время помешивая, чтобы сахар как можно скорее растворился. На очень медленном огне варить 30 минут. Мармелад должен быть очень густым и темным. Охлаждать 5 минут, затем разложить по стерилизованным банкам.

Блины фламбе с мороженым

100 г муки
350 мл молока
60 г сливочного масла
1 яйцо
1 желток
щепотка соли
2 апельсина
50 мл коньяка
200 г мороженого
2 ст. ложки сахара

1. Растопить 50 г сливочного масла.

2. Просеять муку, добавить в нее яйцо и желток, молоко, соль, растопленное масло и вымешать тесто. Оставить тесто на полчаса «подышать».

3. Разогреть хорошенько сковороду и испечь тонкие блины.

4. С апельсинов срезать цедру тонкими лепестками, апельсины разделить на дольки, удалить перепонки.

5. Растопить 10 г сливочного масла, добавить сахар, цедру и несколько долек апельсина.

6. Спустя 2–3 минуты в сковороду положить сложенный пополам блин, добавить коньяк и поджечь. Так же поступить с остальными блинами. Подавать горячими, с шариком мороженого.

Апельсиновый торт

Духовку разогреть до 180 ˚С.

2 апельсина

7 яиц

300 г сахара

200 г размягченного сливочного масла

10 штук «дамских пальчиков» (или другого бисквитного печенья)

1 стакан грецких орехов

500 г жирной сметаны

мелко натертая цедра одного лимона

сок одного лимона

1. Отварить один апельсин (варить около 30 минут).

2. По очереди измельчить в блендере отваренный апельсин, орехи, печенье.

3. Отделить желтки от белков. Взбить желтки со 150 г сахара, добавить масло. Продолжая взбивать, ввести орехи, печенье и апельсин.

4. Взбить белки в крепкую пену, добавить 50 г сахара и перемешать.

5. Ввести белки в апельсиново-ореховую массу, перемешать.

6. Круглую форму выстелить бумагой для выпечки, смазать бумагу маслом. Выложить половину теста, ровно распределить по бумаге и испечь корж. Затем точно так же испечь второй корж. Коржи выпекаются 25–30 минут.

7. Взбить венчиком сметану с оставшимся сахаром, добавить сок и цедру лимона. На каждый корж выложить слой крема и украсить дольками апельсина.

Имбирь

Имбирь родом из Индии и Дальневосточной Азии. Он не бывает дикорастущим, его всегда выращивают. Съедобная часть — это корешки, которые используются и свежими, и высушенными. Сухой имбирь заваривают кипятком, такой «чай» полезен для пищеварения. Еще в Древнем Риме знали о существовании имбиря и использовали его в кулинарии.

У имбиря сильный, острый «перцовый» вкус, иногда его используют с целью заменить перец чили. Часто имбирь соединяют с чесноком, добавляют в заправки к салатам, макаронам, в соусы к мясу, рыбе и овощам. Здорово добавить и в свежевыжатые соки.

Покупайте ровные, светло-коричневые, почти золотистые корешки. Имбирь должен быть сочным, когда его разрежешь. Тонко счистив кожицу, его можно натереть на терке, нарезать тонкими кружочками или полосками. Разрезанный имбирь быстро сохнет и меняет цвет, поэтому лучше использовать его как можно быстрее.

Спагетти с имбирем и помидорами

150 г имбиря
800 г помидоров
400 г спагетти
150 мл оливкового масла
4 дольки чеснока
3 маленьких сухих чили
сок 2 лимонов
300 г пикантного сыра (типа твердого козьего, пошехонского)
2 большие горсти свежей мяты (или горсть сухого майорана)
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Имбирь почистить и нарезать тонкими полосками чистилкой для картошки (остановитесь, как только покажутся волокна на кочерыжке).

2. В глубокой сковороде разогреть 3 ст. ложки оливкового масла, добавить очищенный и измельченный чеснок, довести до прозрачности в течение 1–2 минут.

3. Добавить имбирь, измельченный чили, помидоры, очищенные от кожуры, только мякоть без семян и сока, соль и перец. На медленном огне тушить 35–40 минут, снять с огня и протереть через сито.

4. Отварить спагетти в подсоленной и подмасленной воде. Слить, оставив чуть-чуть жидкости.

5. Выложить спагетти в сковороду, долить оставшееся оливковое масло, лимонный сок, перемешать. Добавить томатный соус, половину натертого сыра и мяту. Подавать немедленно с оставшимся сыром.

Имбирное печенье

Очень вкусное печенье к чаю. Зима, по-моему, правильное время для этого рецепта. В плотно закрытом контейнере может храниться неделю-другую.

Духовку разогреть до 180 °С.

2 стакана просеянной муки

100 г размягченного сливочного масла

1 стакан сахара

1 яйцо

1 ч. ложка разрыхлителя

2 корешка имбиря

1 ч. ложка молотой корицы

5—6 гвоздик

1. Перемешать муку с разрыхлителем, очищенным и мелко натертым имбирем, измельченной в ступке гвоздикой и корицей.

2. Взбить масло с сахаром добела, добавить яйцо, муку и замесить тесто.

3. Присыпать стол мукой, выложить на него тесто и раскатать. Вырезать из теста печенье той формы, которая вам нравится. Присыпать сахаром или молотым миндалем.

4. Смазать противень маслом, присыпать мукой и выложить на него печенье. Выпекать в разогретой духовке 25–30 минут.

Март

Петрушка

Петрушка, между прочим, считалась волшебной травкой. А теперь мы к ней так привыкли, что круглый год приправляем ею супы, салаты, рыбу, мясо. Растущая на камнях — так переводится с латыни название петрушки. Она наравне с укропом, наверное, самая привычная и любимая для нас зелень. Петрушка бывает корневая и листовая. И листья, и корни петрушки имеют приятный специфический запах. Они буквально пропитаны эфирными маслами. Выбирая корень петрушки, смотрите, чтобы он был без пятен, белый, с тонкой кожицей. Мякоть у корня нежная, и, в отличие от листьев, у него более тонкий и нежный запах. В петрушке огромное количество витамина С и каротина. Она хорошо влияет на пищеварение, укрепляет сосуды, помогает при заболеваниях почек, печени и желчного пузыря. В народе говорят: «горсть петрушки равна горсти золота». Петрушку можно добавлять в очень многие блюда, она очень «покладиста» и дружит с другими травками. Ее кладут в салаты, начинки, соусы, паштеты, петрушкой украшают блюда, ее можно солить, сушить и замораживать. А суп-пюре из петрушки необыкновенно вкусен. Не говоря уже о том, что очень полезен.

Холодный суп-пюре из петрушки

На большую компанию из 8—10 человек
2 больших пучка петрушки
200 г шпината
300 г молодого картофеля
5 стеблей сельдерея
2 лука-порея
1 фенхель
6—8 ст. ложек оливкового масла
50 г сливочного масла
200 г грибов (вешенки, шампиньоны или лисички)
щепотка сухого чабреца или тимьяна
белый молотый перец
морская соль сметана

1. Все овощи вымыть, вычистить, высушить и нарезать крупными кусочками.

2. В кастрюле разогреть сливочное и оливковое масло, добавить овощи (кроме петрушки!). Тушить около 10 минут на слабом огне.

3. Отрезать стебли петрушки и добавить их в кастрюлю. Посолить, поперчить и залить кипятком так, чтобы вода покрыла овощи. Довести до кипения, уменьшить огонь и накрыть крышкой. Варить еще 20–25 минут, до полной готовности овощей.

4. Добавить оставшуюся петрушку, сохранив 2–3 веточки для украшения. Довести до кипения и варить не дольше 2–3 минут.

5. Взбить овощи в блендере до получения однородной массы. Если получится слишком густо, не бойтесь добавить немного горячей воды.

6. Протереть через сито. Миску с протертым супом немедленно погрузить в емкость большего объема, наполненную холодной водой со льдом. Помешивать суп время от времени, пока не остынет. Ледяная вода поможет сохранить ярко-зеленый цвет супа. Добавить соль и перец, если необходимо.

7. Грибы почистить, помыть и обжарить на растительном масле, посолив, поперчив и добавив чабрец.

8. Разлить суп по тарелкам, в центр каждой положить 1 ст. ложку сметаны и 2–3 ст. ложки грибов. Присыпать зеленью петрушки.

* * *

Довольно сложно придумать что-нибудь вкуснее хрустящего теплого багета, пропитанного маслом и благоухающего сыром и чесноком. Смысл в том, чтобы хлеб внутри был по-настоящему нежным и сочным, а снаружи хрустящим. Сыр должен тянуться тонкими ниточками, когда вы отламываете кусок. Это именно то, что нужно, когда еда — это продолжение счастья (в субботу утром, например. Вы понимаете, о чем я…).

Хлеб с пармезаном и чесноком

На двоих как завтрак
Духовку разогреть до 220 °С.
Небольшой французский багет (хлеб лучше взять вчерашний)
50 г сыра пармезан
100 г размягченного сливочного масла
3 дольки чеснока
горсть мелко порубленной петрушки
1/4 ч. ложки морской соли

1. В ступке растереть чеснок с солью.
2. Сыр натереть на крупной терке.
3. Масло взбить вилкой или венчиком до легкого светлого состояния.
4. К маслу добавить сыр, чеснок и петрушку.
5. В хлебе сделать глубокие надрезы по диагонали, но при этом не прорезать насквозь. В местах надрезов начинить хлеб получившимся маслом. Не жалейте масла!
6. Завернуть багет в фольгу и запекать 20 минут.
7. Затем раскрыть фольгу и подрумянить в течение 5 минут.

Salsa Verde

Один из вариантов зеленого соуса — знаменитый итальянский Salsa Verde. Подается к рыбе, мясу, вкусно с моцареллой. Им можно сбрызнуть зеленый салат или заправить макароны, может дня 3–4 храниться в холодильнике, в банке с плотно закрывающейся крышкой.

3 ст. ложки мелко изрубленной петрушки

2 ст. ложки мелко изрубленных листьев сельдерея (именно листьев!)

1 ст. ложка мелко изрубленной мяты

1 ст. ложка мелко изрубленного зеленого лука

1 ст. ложка каперсов

120 мл оливкового масла

1 мелко изрубленный перец чили

2 ст. ложки бальзамического уксуса

морская соль

1. Все ингредиенты, кроме бальзамического уксуса, перемешать, накрыть пленкой и поставить мариноваться на 30 минут в холодильник.

2. Добавить бальзамический уксус, обязательно попробовать и досолить или доперчить по вкусу. Если зелень лень рубить ножом, это можно сделать в кухонном комбайне или блендере.

Мята

Мята очень популярная травка в кулинарии, от Италии до Вьетнама. Семейство сортов у мяты многочисленное, от всяких дикорастущих в лесах-полях до тщательно культивируемых на грядках, в теплицах и огородах. У всех видов мяты сильный освежающий аромат, и все они замечательны в салатах, соусах, заправках и так далее.

И хотя мята круглый год (и это прекрасно!) продается на рынках и в магазинах, все-таки самая вкусная мята появляется весной и остается такой до появления первых цветков (потом она становится просто вкусной).

Количество блюд и рецептов, в которых можно использовать мяту, невероятно велико (а если в рецепте мята не указана, все равно можно добавить несколько листиков, если хочется).

Коктейль «Мохито»

горсть листьев свежей мяты
50 мл темного рома
2 ч. ложки темного тростникового сахара
1 лайм и еще пара долек лайма
крошеный лед

1. Лайм нарезать четвертинками, истолочь его в шейкере с половиной мяты и сахаром (для этого удобно использовать деревянную толкушку или даже такую скалку, у которой тупые концы).

2. Добавить ром и лед, хорошенько взболтать.

3. Процедить в стакан, наполненный оставшейся мятой и крошеным льдом. Украсить дольками лайма.

Салат с мятой и чечевицей

На 6 человек как закуска

6 ст. ложек свежей, мелко нарубленной мяты и еще несколько веточек

300 г промытой чечевицы

1 сухой красный чили

3 крупные дольки чеснока

4 ст. ложки оливкового масла

сок половины лимона

морская соль

свежемолотый черный перец

1. Чечевицу отправить в небольшую тяжелую кастрюлю, добавить чеснок и залить в три раза большим объемом холодной воды. Довести до кипения. Добавить несколько веточек мяты, убавить огонь и оставить вариться под крышкой 30 минут. Чечевица не должна развариваться, превращаться в пюре.

2. Слить воду, вынуть чеснок и мяту, отправить чечевицу обратно в теплую кастрюлю, заправить оливковым маслом и соком лимона, добавить растертый сухой чили и изрубленную мяту. Как следует посолить, поперчить. Подавать не горячей, но теплой, с листьями зеленого салата, молодым шпинатом, зимними овощами, такими как морковка, молодая свекла, цукини, приготовленными в духовке и заправленными оливковым маслом и лимоном.

Таббуле

2 больших пучка мяты
1 пучок петрушки
1 стакан кус-куса
2 больших сладких помидора
3—4 ст. ложки оливкового масла
сок половины лимона
свежемолотый черный перец
морская соль

1. Мяту и петрушку хорошенько вымыть и мелко нарезать (очень мелко!).

2. Кус-кус залить стаканом кипятка, добавить несколько капель оливкового масла и щепотку соли и оставить на 3–4 минуты, чтобы кус-кус впитал всю воду, или приготовить согласно инструкции на упаковке.

3. Обдать помидоры кипятком, снять с них кожицу, удалить семена и нарезать небольшими кусочками.

4. В большой салатнице перемешать зелень мяты, петрушки, нарезанные помидоры и кус-кус. Заправить салат прямо на столе оливковым маслом, соком лимона, поперчить и посолить.

Ризотто с мятой и ветчиной

На 4 человека как уютный ужин

Иногда в этом рецепте я меняю пропорции масла, например: 60 г сливочного и 3 ст. ложки оливкового и в начале и в конце добавляю оба.

300 г риса для ризотто (Arborio или Carnarolli)

10 кусочков нарезанной не слишком тонко ветчины (лучше сыровяленой)

1,5 л куриного бульона

100 г несоленого сливочного масла

1 средняя луковица

2 стебля сельдерея

100 мл вермута (или белого сухого вина)

100 г сыра пармезан

большая горсть листьев свежей мяты

морская соль

свежемолотый черный перец

1. Мяту помыть, как следует высушить.

2. Прогреть бульон, попробовать на соль и перец, если нужно — добавить. 3. Треть всей ветчины порезать на кусочки 2–3 см.

4. Половину сливочного масла растопить в высокой сковороде с толстым дном и обжарить мелко порубленные лук и сельдерей до прозрачности; как только начнет появляться первый золотистый цвет, добавить кусочки ветчины.

5. Через 1–2 минуты добавить рис, энергично помешивая, так чтобы каждая рисинка пропиталась маслом и ароматом ветчины с луком.

6. Добавить вермут или белое вино, перемешать и позволить вину выпариться почти окончательно.

7. Понемножку начать добавлять бульон, половник за половником. Готовить на медленном огне, постоянно помешивая, добавляя бульон только тогда, когда ризотто впитало всю жидкость. Готовить ризотто, пока рис не станет упругим, сливочно—крахмальным, но ни в коем случае не будет сырым. Carnarolli обычно готовят 20 минут, Arborio иногда готовится быстрее — 18 минут.

8. Добавить мелко-мелко нарубленную мяту, оставшееся масло и натертый на самой мелкой терке пармезан и все как следует перемешать. Ризотто должно всегда иметь сливочную консистенцию. 9. Оставшуюся ветчину тоже нарезать небольшими

кусочками и присыпать ею ризотто в тарелках.

Брокколи

Брокколи — это разновидность цветной капусты, название происходит от итальянского слова «броко», что означает в переводе «росток, отпрыск». Да, родина брокколи Италия, откуда она распространилась по странам с мягким климатом, благодаря Екатерине Медичи между прочим.

У нас пока брокколи не очень популярна, а зря! Для здорового питания брокколи незаменима. В ней более 20 разнообразных микроэлементов, много витамина С и каротина. В ней есть также фитин, который выводит из организма тяжелые металлы. Кроме привычной зеленой, можно встретить фиолетовую и белую капусту-брокколи. Выбирать надо брокколи с закрытыми соцветиями, темно-зеленого или слегка пурпурного цвета, без признаков пожелтения или цветения. Стебельки должны быть крепкими, но не жесткими. Если они жестковаты, снимите верхний слой овощечисткой. В Италии брокколи подают с макаронами, отваривают и приправляют оливковым маслом и чесноком или анчоусами и каперсами. Китайцы предпочитают к ней кисло-сладкий соус. А я люблю брокколи в любом виде!

Супчик для бедных

Замечательный суп из крепких молодых пучочков брокколи. Его очень просто приготовить, но использовать нужно только приготовленный дома бульон. Для того чтобы накормить десятерых, понадобится

2 кг брокколи

10 ломтиков белого хлеба

4 зубчика чеснока

2 л куриного или мясного бульона (см. стр. 10–11)

свеженатертый твердый сыр — пармезан или любой ваш любимый сыр

1. Брокколи разделить на мелкие соцветия и срезать грубые стебельки, оставив хрустящие и нежные.

2. Отварить их в подсоленной кипящей воде. Как только вы отправили брокколи в кипящую воду и вода закипела снова, откиньте на дуршлаг.

3. Поджарить хлеб. Это можно сделать в тостере или в духовке. Я предпочитаю духовку, поскольку все кусочки поджариваются одновременно.

4. Натереть хлеб почищенным и разрезанным пополам чесноком.

5. Довести бульон до кипения, проверить на соль и перец, добавить отваренную брокколи на 2 минуты и снять с огня — вот вам и суп.

6. В каждую тарелку налить большой половник супа, посыпать тертым сыром, сверху положить кусочек хлеба с чесноком, налить еще один половник, присыпать сыром и подавать немедленно.

Салат из макарон с брокколи

На 4 человека как закуска
300 г брокколи
150 г макарон («бантики» или пенне)
50 г кедровых орешков
4 ст. ложки оливкового масла
1 ст. ложка сливочного сыра типа маскарпоне или филадельфии
сок половины лимона
свежемолотый черный перец
морская соль

1. В кипящую воду добавить 1 ст. ложку оливкового масла и щепотку соли, затем бросить макароны. Отварить до готовности, но не переварить!
2. Одновременно брокколи разделить на мелкие соцветия и отварить в подсоленной воде, лучше недоварить, чем переварить.
3. Кедровые орешки обжарить на сухой сковороде.
4. Соединить сыр с 3 ст. ложками оливкового масла, лимонным соком, солью, перцем, как следует перемешать — должен получиться такой сливочный, довольно густой соус.
5. Брокколи и макароны смешать и заправить соусом. Присыпать кедровыми орешками и подавать. Этот салат едят и холодным, но тогда вместо мягкого сыра лучше добавить натертый хлопьями твердый сыр — пармезан, пеккорино или натертый на крупной терке швейцарский, российский или другой любимый сыр. И орешками тогда надо присыпать перед подачей на стол.

Макароны-«ракушки» с брокколи

На 4 человека как закуска или на двоих как ужин
400 г макарон
400 г брокколи
100 г бекона или сала с прослойками
50 г пармезана
2 зубчика чеснока
половинка перца чили
2 ст. ложки оливкового масла
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Брокколи разрезать на соцветия и отварить в подсоленной кипящей воде в течение 4–5 минут.

2. В глубокой и тяжелой сковороде разогреть оливковое масло, добавить 2 зубчика чеснока целиком и бекон, нарезанный полосками. Обжарить бекон до золотистого цвета.

3. Чеснок убрать: он свое дело сделал — оставил аромат, добавить брокколи и кружочками нарезанный чили. Посолить и поперчить.

4. В большом количестве подсоленной и подмасленной кипящей воды отварить макароны. Отбросить на дуршлаг.

5. Положить макароны в сковороду и перемешать с брокколи. Посыпать натертым пармезаном, подавать немедленно.

Закуска из брокколи

Замечательная закуска для шестерых из брокколи с анчоусами. Вместо анчоусов можно использовать селедку, но анчоусы, конечно, имеют неповторимые нотки прекрасной «вони».

900 г брокколи

4 ст. ложки оливкового масла

3 дольки чеснока

2 маленьких сухих перца чили

10 анчоусов или филе сельди, нарезанное тонкими полосками

сок одного лимона

морская соль

свежемолотый черный перец

Для брускетты:

6 кусков, довольно толстых, белого хлеба (чиабатта или батон)

1 долька чеснока

3 лимона, нарезанных четвертинками

оливковое масло

1. Брокколи разобрать на соцветия и порезать так, чтобы получились цветочки размером не больше, чем большой палец, затем опустить в кипящую подсоленную воду. Как только брокколи погрузится в воду и вода снова закипит, откинуть на дуршлаг. Воду сохранить!

2. Разогреть оливковое масло в большой кастрюле или глубокой сковороде, на медленном огне поджарить почищенный и нарезанный тонко по косой чеснок. Не дать ему подгореть ни в коем случае! Страшнее запаха подгоревшего чеснока может быть только запах сбежавшего молока! Добавить раскрошенный чили, выключить огонь, положить анчоусы и мешать до тех пор, пока они не начнут растворяться. В какой-то момент, если сковорода остынет, огонь можно снова включить, но он должен быть очень медленным.

3. Добавить в этот соус брокколи, поперчить довольно щедро, увеличить огонь и добавить небольшое количество той воды, в которой варилась брокколи (где-то полполовника). Готовить 5—10 минут. Брокколи должна быть нежной, но все-таки довольно упругой. Ни в коем случае она не должна напоминать отварную капусту! Сбрызнуть соком лимона.

Для того чтобы сделать брускетту, нужно хлеб запечь в

духовке или поджарить в тостере, натереть чесноком и сбрызнуть оливковым маслом. На брускетту выложить брокколи в соусе с анчоусами, сверху — еще немного оливкового масла. Подавать с четвертинками лимона.

Цикорий

Цикорий, или, как его еще называют, эндивий, — абсолютно недооцененный салат в наших краях, и поэтому для нас остаются нераскрытыми те замечательные качества, которыми цикорий обладает. Он немножко горьковат и, может быть, поэтому не всем нравится. А на самом деле у цикория — правильно приготовленного и заправленного — совершенно потрясающий вкус. У его сочных тонких и хрустящих листьев просто нет конкурентов. Цикорий, похожий на закрытый тюльпан или магнолию, сам по себе прекрасен. Его можно бесстрашно заправлять горчицей, беконом, сыром. Если его запечь на медленном огне или в духовке со сливочным маслом, получится необыкновенно вкусно. Если еще добавить к этому соус из вина, лимона и, может быть, сливок и есть с хрустящим хлебом — закачаешься!

Салат из цикория с голубым сыром

Хорошо для двоих как легкий обед или как закуска на ужин

2 бутона цикория

200 г голубого сыра (стилтон, горгонзола, рокфор)

большая горсть грецких орехов

3 ст. ложки растительного масла (масло должно быть нежным, сладковатым на вкус, подойдет оливковое, но не со слишком ярким привкусом, или ореховое, еще лучше масло из виноградных косточек)

3 ст. ложки дижонской горчицы

2 ст. ложки лимонного сока

100 мл 22–33 %-ных сливок

свежемолотый черный перец

1. Разделить листики цикория, не разрезая его, а просто отрывая лепесток за лепестком.

2. Сыр размять вилкой на маленькие кусочки и перемешать с листьями.

3. Грецкие орехи разломать или истолочь в ступке и добавить к салату.

4. Взбить растительное масло, горчицу, сок лимона, добавить немного свежемолотого перца (не надо соли!) и сливки и еще раз взбить все венчиком. Перемешать с салатом.

Подавать немедленно!

Очень простой салат с цикорием

На 4 человека как очень легкая закуска Замечательно с рыбой или к цыпленку на гриле.

1 бельгийский цикорий
1 кочан радиккио
большая горсть салата корн
большая горсть рукколы
не помешает и большая горсть листьев одуванчика
несколько веточек петрушки
6 ст. ложек оливкового масла
1 ст. ложка мелко нарезанного тонкого зеленого лука (или обычного зеленого лука)
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Тонко нарубить радиккио, цикорий порезать на кусочки толщиной 1–1,5 см.

2. Всю оставшуюся зелень вымыть в холодной воде и хорошо просушить в сушилке для салата либо в бумажном полотенце. Все соединить и выложить в салатницу, перемешать, чтобы получился разноцветный веселый салат.

3. Посыпать солью, перцем, аккуратно перемешать еще раз, полить оливковым маслом, присыпать зеленым луком и подавать.

Салат из весенних овощей с ветчиной, перепелиными яйцами и домашним майонезом

Этот салат может быть полноценным обедом или ужином.

большая горсть молодых морковок, похожих на небольшие стручки размером 2–3 см

6 свежих или маринованных артишоков

18 перепелиных яиц

12—18 ломтиков тонко нарезанной ветчины (пармской или другой сыровяленой)

3 фенхеля

12 перышек молодого зеленого лука

3 стебля сельдерея

2 цикория

2 пучка редиски

2 лавровых листа

морская соль

свежемолотый черный перец

майонез

1. В кастрюльку из нержавеющей стали налить воды, довести до кипения, посолить, добавить лавровый лист и проварить почищенную морковь несколько минут, чтобы она стала чуточку мягче, но ни в коем случае не разваренной и желеобразной. Выложить на тарелку и охладить.

2. В этой же воде отварить артишоки, накрыв кастрюльку крышкой. Когда деревянной палочкой можно легко проколоть черенок артишока, значит, он готов. Промыть холодной водой, снять грубоватые внешние листики, разрезать артишоки пополам, вынуть и выбросить сердцевину. Если артишоки маринованные, просто разрезать их пополам.

3. Отварить в холодной воде перепелиные яйца. Их нужно положить в холодную воду, на медленном огне довести до кипения и тут же отправить под струю холодной воды.

4. Нарезать лук по диагонали, а редиску, сельдерей и фенхель — как можно тоньше.

5. Цикорий нарезать в длину, разобрать каждый на 6 частей (внутреннюю грубоватую часть можно выбросить или дать вкусно похрустеть детям).

6. На большую плоскую тарелку выложить кусочки ветчины,

артишоки, морковь, редиску, зеленый лук, сельдерей, фенхель, цикорий и яйца. Рядом поставить мисочку с майонезом, соль и перец, и каждый сможет «помочь себе сам».

Грата из цикория

Когда-то французы изобрели такую замечательную вещь, которая называется «Gratin» — «грата».

Грата — это все, что запекается, карамелизируется со сливками или в сливочном масле в духовке и обычно присыпается сверху сыром. Чаще всего это грюйер, потому что он пахнет совершенно необыкновенно.

Грата отлично получается из цикория.

На 6 человек как закуска

Духовку разогреть до 190 °C.

3 больших бутона цикория

1 ч. ложка сливочного масла

сок половины лимона

12 полосок копченого бекона

2 ст. ложки дижонской горчицы

150 г натертого грюйера

300 мл 22 %-ных сливок

Цикорий нужно разрезать пополам, и, если вы видите, что сердцевина очень грубая, ее нужно вырезать.

1. Растопить в сковороде сливочное масло и добавить туда цикорий, сбрызнув его предварительно лимонным соком, чтобы он не потемнел. Готовить на медленном огне 15 минут, переворачивая его время от времени, чтобы он зазолотился равномерно.

2. Вынуть цикорий и дать ему слегка остыть, затем обернуть каждый кусочек парой-тройкой полосочек бекона. Выложить цикорий в жароупорную форму. Если в сковороде остался сок после обжаривания цикория, полить им блюдо сверху.

3. Размешать горчицу со сливками и грюйером, полить получившейся заправкой цикорий.

4. Запекать 30 минут, пока цикорий не станет золотистым и аппетитно коричневато-пригоревшим. Подавать с жареным или подсушенным хлебом.

Цикорий, запеченный с сыром

На 6 человек как закуска
Духовку разогреть до 200 °C.
3 цикория
50 г сливочного масла
50 г твердого сыра (типа российского, пошехонского и т. д.)
3 дольки чеснока
1 батон (вчерашний, то есть слегка подсохший)
по щепотке тмина, майорана и орегано

1. Сначала надо приготовить домашние сухари. Поломать батон на кусочки и измельчить в блендере (при желании корку с батона можно срезать; я лично не срезаю, потому что очень люблю корки). Добавить в сухари тмин, майоран и орегано и перемешать. Такие домашние сухари можно хранить в открытой банке 1–2 недели.
2. Цикорий разрезать вдоль пополам, чеснок раздавить боковой стороной ножа.
3. Растопить в жароупорной форме сливочное масло и обжарить цикорий с обеих сторон до золотистого цвета, добавив чеснок.
4. Присыпать цикорий сухарями, натертым на крупной терке сыром и запекать 30 минут.

Апрель

Радиккио

Замечательная «красная капуста», известная в Италии под именем радиккио, имеет довольно большое число родственников, а принадлежат они все к семейству цикория. Наиболее распространены два вида радиккио, первый — это кругленькие, очень похожие на маленькую капусту, окрашенные в бело-бордовый цвет кочанчики. На прилавках их можно найти круглый год. У них замечательный острый, даже горьковатый вкус. Очень хорошо их запекать, жарить на гриле или во фритюре. Для использования в салатах, как правило, к ним подбирают более нежных и даже нейтральных по вкусу компаньонов (салат подмосковный, фриссе). Второй тип больше похож на цикорий — продолговатые крупные бутоны с тонкими хрустящими темно-бордовыми листиками и белыми, более плотными полосками посередине листиков. Он также очень хорош для салатов, супов и ризотто.

Салат с сельдью по-восточному

1 сельдь

150 г листьев салата радиккио (или листья любого салата, который вам нравится)

1 ст. ложка горчичного порошка

2 ст. ложки воды

1 ст. ложка соуса мирин

1 ст. ложка рисового вина

3 ст. ложки рисового уксуса

пакетик мисо-супа

1/4 ч. ложки васаби

2 ст. ложки соевого соуса

5—6 перьев зеленого лука

2 ч. ложки кунжутного семени

2 ч. ложки растительного масла

1. Селедку почистить, разделать на филе и нарезать небольшими кусочками.

2. Сделать маринад. Для этого добавить в горчичный порошок воду, перемешать, отставить в сторону. Мирин и рисовое вино влить в кастрюльку, прогреть хорошенько. Смешать рисовый уксус, мисо-суп, васаби, соевый соус, добавить прогретое вино с мирином и горчицу.

3. Положить кусочки селедки в маринад и оставить на 15–20 минут. Кстати, эта заправка замечательна с сырой рыбой, свининой, курицей или рыбой на гриле.

4. Вымыть и просушить листья салата и лук, листья нарезать крупно, лук — продолговатыми колечками.

5. Выложить листья салата на большое блюдо, присыпать половиной лука, сверху выложить кусочки селедки, сбрызнуть маринадом и растительным маслом, присыпать оставшимся луком и слегка подсушенным на сковороде кунжутным семенем.

Редис

Очень здорово весной съесть русский салат: укроп, зеленый лук, огурец, сметана и главное — редиска. Гималайские монахи знают, что редис помогает очистить организм от шлаков. А мы знаем: есть редиска — пришла весна. Между прочим, редиска — ближайшая родственница капусты. Она бывает овальной, круглой, плоской, вытянутой. Выбирать надо твердые корнеплоды, ни в коем случае не подвянувшие. Как правило, осенняя редиска не такая острая, как летняя.

Розовый салат

На 4 человека как закуска
3 небольшие отварные свеклы
400 г редиса
1 кочан салата радиккио
половина крупной красной луковицы
небольшой пучок регана
небольшой пучок мяты
1 ст. ложка подсолнечного масла
2 ст. ложки оливкового масла
1 ст. ложка винного или яблочного уксуса
свежемолотый черный перец
морская соль

1. Натереть одну свеклу и отжать ее, сохранив сок.
2. Приготовить маринад, смешав 3 ст. ложки свекольного сока с подсолнечным и оливковым маслом, винным уксусом, добавить щепотку соли и перца, перемешать.
3. Кружочками толщиной 1–2 мм нарезать оставшуюся свеклу, положить ее в маринад на 10 минут.
4. Тонкими кружочками нарезать редис, лук — полукольцами.
5. Добавить к свекле редис, лук и листья радиккио, перемешать.
6. Последними добавить листья регана и мяты и подавать.

Теплый салат с копченой рыбой

На 4 человека как закуска
500 г молоденькой розовой картошки
1 скумбрия холодного копчения
1 радиккио
1 крупная луковица
2 ст. ложки тыквенного масла
2 ст. ложки орехового масла
3 ст. ложки оливкового масла
2 ст. ложки винного уксуса
1/2 ч. ложки горчичного порошка
свежемолотый черный перец
морская соль

1. Картошку вымыть и отварить в мундире. Разрезать каждую пополам.

2. Радиккио нарезать крупно, лук — полукольцами.

3. Снять с рыбы подкопченную кожу, избавиться от костей и разделать на крупные куски.

4. Сделать заправку из тыквенного и орехового масла, винного уксуса, горчичного порошка, щепотки перца и соли.

5. В большую кастрюлю положить картошку, радиккио и лук, влить заправку и перемешать. Поставить кастрюлю на огонь и прогреть салат на медленном огне в течение 40–50 секунд.

6. Выложить салат на подогретое блюдо, сверху положить кусочки рыбы и сбрызнуть оливковым маслом.

Пицца с радиккио и моцареллой

На двоих как ужин
Духовку разогреть до 200 °С.
2 стакана муки
1 ч. ложка дрожжей
1 ч. ложка сахара
150 мл теплой воды
1 радиккио
15—20 оливок
100 г колбасы для пиццы пеперони
6 небольших моцарелл
5 горошин перца
4 ст. ложки оливкового масла
горсть сухого чабреца
морская соль

1. В большую подогретую миску влить теплую воду, всыпать дрожжи и сахар.

2. После того как дрожжи растворятся, всыпать половину муки, добавить 1 ст. ложку оливкового масла, 1 ч. ложку соли, замесить тесто и оставить его в теплом сухом месте на час.

3. Сделать заправку из 2 ст. ложек масла, чабреца, щепотки соли и перца, положить в заправку оливки (косточки вынуть) минимум на 30 минут.

4. Добавить оставшуюся муку и месить тесто около 5 минут. Оно должно быть упругим, но эластичным. Накрыть посуду с тестом полотенцем и поставить еще на 20 минут в теплое место.

5. Раскатать тесто в тонкий пласт. Перевернуть противень вверх дном, присыпать его мукой и выложить на перевернутый противень раскатанное тесто.

6. Крупно нашинковать радиккио.

7. Смазать тесто оливковым маслом, выложить оливки, тонко нарезанную колбасу, радиккио, кружочки моцареллы, полить заправкой с чабрецом. Выпекать пиццу 10–12 минут до золотистого цвета.

Рукола

Рукола — это замечательные темно-зеленые листики с островатым, пряным и одновременно нежным вкусом. В салатах весной, летом, осенью, пожалуй, одна из самых лучших травок. Ее хорошо добавлять в соусы, где основа должна быть зеленой. Если в соус из петрушки вы добавите немного руколы, то он приобретет горчинку, которая может стать очень интересной нотой во всей комбинации. Существует несколько видов руколы: она бывает дикорастущей, с большими листьями, есть рукола, которая называется Капри Рукола. Довольно неприхотливое растение, она с удовольствием растет в теплицах, именно ее сговорчивому характеру мы обязаны этой радости — иметь ее круглый год в салатах. Я рекомендую, если у вас есть тяга к садоводству, посадить руколу. Достаточно 3–6 недель, чтобы появились листики, которые можно отправлять в салат. Когда вы соберете одни листики, то следующие вырастают очень быстро, именно поэтому рукола просто замечательна в саду или огороде.

Салат из руколы с куриной печенкой

На двоих как закуска
150 г руколы
70 г грибов портобелло (или шампиньонов, или вешенок)
200—250 г куриной печенки
4 ст. ложки оливкового масла
1 ч. ложка горчицы (желательно с зернышками)
1 ст. ложка коньяка
1 ст. ложка винного уксуса
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Грибы вымыть, почистить и нарезать пластинками.

2. Разогреть в сковороде 2 ст. ложки оливкового масла и обжарить грибы, обязательно сразу же посолив и поперчив их. Через 2–3 минуты добавить горчицу и уксус, перемешать и снять с огня.

3. В другой сковороде разогреть 1 ст. ложку оливкового масла и обжарить куриную печенку. Жарить не больше 2–3 минут, чтобы печенка оставалась мягкой и нежной. Чуть-чуть посолить, добавить коньяк и перемешать с грибами.

4. В глубокую миску выложить вымытую и высушенную руколу, добавить 1 ст. ложку оливкового масла, печенку и грибы, аккуратно перемешать. Выложить салат на тарелки, постараться, чтобы печенка и грибы оказались сверху, полить тем соусом, в котором все жарилось. Подавать тут же, теплым!

Салат с козьим сыром

На двоих как закуска
небольшой французский багет
пучок руколы
салат радиккио
100 г мягкого козьего сыра
1 ст. ложка французской горчицы
2—3 ст. ложки винного уксуса
2 ст. ложки сливочного масла
1 долька чеснока
3—4 ст. ложки оливкового масла
свежемолотый черный перец
морская соль

1. Нарезать багет ломтиками, смазать сливочным маслом и обжарить на разогретой сковороде с обеих сторон.

2. Козий сыр нарезать кружочками, положить по кусочку на обжаренные ломтики багета и поставить в духовку под гриль на 8—10 минут.

3. Сделать заправку: растереть чеснок с солью, добавить перец, горчицу, уксус и оливковое масло.

4. Нарезать крупно листья салата, заправить их, сверху положить 2–3 кусочка запеченного с сыром багета.

Салат с балыком и руколой

На двоих как закуска

200 г листьев салата рукола (подойдет также фриссе или айсберг)

150 г балыка небольшой пучок зеленого лука

4 ст. ложки оливкового масла

2 ст. ложки орехового масла

сок 2 лимонов

цедра одного лимона

свежемолотый черный перец

морская соль

1. Вымыть и просушить листья салата, нарезать довольно крупно. Зеленый лук нарезать продолговатыми колечками и половину добавить к листьям салата.
2. Сделать заправку из оливкового масла, лимонного сока, цедры лимона, щепотки перца и соли. Поделить заправку на две части.
3. Как можно тоньше нарезать балык, «искупать» его в одной части заправки.
4. Во вторую часть заправки добавить ореховое масло и полить листья салата.
5. Перемешать балык с листьями салата и посыпать оставшимся зеленым луком.

Теплый салат с луком, беконом и руколой

На 4 человека как закуска или на двоих как легкий обед
2 пучка руколы
2 красные луковицы
150 г бекона
100 г кедровых орешков
50 г пармезана
2 ст. ложки оливкового масла
1 ст. ложка бальзамического уксуса
горсть порубленного базилика
щепотка сухих прованских трав
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Лук почистить и разрезать каждую луковицу на восемь частей.

2. Бекон, нарезанный длинными полосками, обжарить до золотистого цвета и выложить на бумажное полотенце.

3. В сковороде, на оставшемся от бекона жире, поджарить лук. Когда он станет мягким и золотистым, посолить и добавить прованские травы.

4. В другой сковороде разогреть оливковое масло, добавить кедровые орешки, бальзамический уксус, бекон и лук, посолить и поперчить.

5. На большое блюдо выложить листья руколы, сверху лук и бекон с орешками. Посыпать натертым хлопьями пармезаном и базиликом. Подавать салат тут же, теплым!

Шпинат

Я очень люблю шпинат, и не только потому, что это очень вкусно, но и потому, что, как у большинства женщин славянской расы, у меня низкий гемоглобин и недостаток железа, а в шпинате очень много железа, которое легко усваивается. Тут есть один секрет. Для того чтобы железо усваивалось, нужно добавлять в шпинат немного лимонного сока. Шпинат, что здорово, продается круглый год. Готовить просто — на пару минут в кипяток или на разогретую сковороду со сливочным маслом. Откинуть на дуршлаг, заправить оливковым маслом, может быть, чуть-чуть чеснока, морской соли, перца и добавить лимонный сок. Некоторые утверждают, что лимонный сок портит вкус шпината, может быть, и так, но здоровье дороже. Да и потом, я очень люблю цитрусовый вкус. Шпинат, как правило, имеет широкие, я бы даже сказала, толстые листья. Он очень красивого, насыщенного зеленого цвета. Когда вы покупаете его свежим, обязательно промойте тщательно буквально каждый листик, потому что иначе может кончиться тем, что вы или ваши гости будете хрустеть песком на зубах, а это не очень приятно.

Индийский рис со шпинатом

На двоих как основное блюдо
250 г риса Басмати
100 г слегка обжаренных орешков кешью
150 г шпината
3 помидора
2 моркови
1 луковица
2 дольки чеснока
2 ст. ложки растительного масла
10 г сливочного масла
1 ч. ложка семян тмина
1 ч. ложка семян кориандра
морская соль

1. Ошпарить помидоры, снять кожицу и нарезать на небольшие кусочки, не удаляя сердцевину и по возможности сохраняя сок.
2. Морковь почистить и натереть на крупной терке, лук почистить и нарезать полукольцами, чеснок почистить и разрезать на четыре части.
3. В тяжелой кастрюле разогреть растительное и сливочное масло и обжарить до золотистого цвета лук и чеснок.
4. Добавить в кастрюлю тмин и кориандр, жарить две минуты, чтобы хорошо прогретые специи дали сильный аромат.
5. Добавить морковь, помидоры и рис, влить 0,5 литра кипящей воды и посолить. Довести до кипения, накрыть крышкой, убавить огонь и варить на медленном огне 12–15 минут.
6. Добавить шпинат и оставить еще на 2 минуты на медленном огне (шпинат нужно положить поверх риса, рис при этом перемешивать не стоит). Подавать горячим, присыпав истолченными орешками.

Закуска из шпината

На 4 человека
900 г шпината, вымытого и высушенного
3 ст. ложки оливкового масла
сок половинки лимона
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Оливковое масло разогреть в глубокой сковороде.
2. Отправить шпинат к маслу, поперчить и посолить, перемешать и накрыть сковороду крышкой на 1–2 минуты.
3. Сбрызнуть соком лимона. Подавать тут же!

Нескучный шпинат

На двоих как закуска

500 г шпината

2 луковицы среднего размера

растительное масло (хорошо бы арахисовое или грецкого ореха, но подсолнечное тоже подойдет)

2 ст. ложки стружки кокоса

1 ч. ложка перца чили в пудре

1 ст. ложка измельченных семян кориандра

1 ст. ложка куркумы

1 ст. ложка тмина

2 дольки чеснока

2 ст. ложки лимонного сока

1. Разогреть сковороду с толстым дном, добавить немного масла и очень тонко нарезанный лук, прожарить его до золотистого цвета в течение 10 минут.

2. Все сухие ингредиенты — кокос, чили, кориандр, куркуму, тмин — добавить к луку, перемешать и оставить на медленном огне на 1–2 минуты. Затем добавить почищенный и раздавленный чеснок и влить несколько столовых ложек воды. Должна получиться консистенция соуса.

3. Добавить в сковороду шпинат и накрыть крышкой. Через пару минут, когда шпинат начнет вянуть, перемешать все как следует, сбрызнуть лимонным соком и подавать.

Есть сразу же!

Картофель

Лучшая картошка — картошка, выращенная своими руками, ну или по крайней мере купленная в мае — июне на рынке непосредственно у тех, кто ее растил, а не привезенная из какой —то Малайзии или Бразилии. Молоденькая картошка очень ароматна, кожица счищается с нее легко, без усилий, и текстура у нее плотная. В молодой картошке больше влаги, «сока», если хотите. И потому при запекании она не пересушивается, а становится хрустящей снаружи и влажной, сочной внутри.

Попробуйте сочетать мягкий, сладковатый вкус молодой картошки с чем-то более сильным, острым — с сыром, перцем чили или анчоусами. А еще замечательно «работает» комбинация с мятой или майораном.

Картофель, наша любимая картошка по праву может считаться если не королевой, то великой княжной на кухне. Русские, между прочим, как итальянцы, французы и другие народы, которые понимают толк в кулинарии, признают замечательные свойства картошки и относятся к ней с почтением и уважением. Сейчас я знаю, что сортов картошки так же много, как и рецептов блюд, которые из нее можно приготовить, что в какой-то больше крахмала, какая-то более рассыпчатая и так далее. Число рецептов из картошки в моей книжке растет, буквально каждый месяц прибавляется по паре-тройке рецептов. Это и ньекки из картофеля, и разнообразные картофельные пирожки, оладьи и так далее. Картошка — овощ очень сговорчивый. С любым вкусным соусом картошка не менее интересна, чем итальянские макароны. Она замечательно сочетается с другими овощами, очень хороша в салатах и как аккомпанемент к рыбе или к мясу, да вы всё это знаете и без меня.

Суп «Вишисуаз»

На 6 человек как легкая закуска
500 г лука-порея (только белая часть)
500 г картофеля
1 слабосоленая сельдь
2 ст. ложки оливкового масла
30 г сливочного масла
150 мл сливок
зеленый лук
белый молотый перец
морская соль

1. Сельдь разделать на филе. (Лучше купить сельдь целиком, без маринада, масла и других добавок. Вымачивать в молоке 3–4 часа. Если сельдь очень соленая, молоко менять каждый час.)

2. Почистить и порезать картошку на небольшие кусочки, залить водой и оставить на 30 минут, это позволит «ненужному» крахмалу уйти.

3. Порей вымыть, почистить и нарезать кольцами.

4. В кастрюле разогреть оливковое и сливочное масло. Добавить лук-порей и тушить до прозрачности, не позволяя ему стать золотистым.

5. Добавить картошку, 1–2 минуты потушить, постоянно помешивая.

6. Залить кипятком (можно овощным или куриным бульоном) так, чтобы жидкость покрыла все овощи (примерно 1–1,5 литра жидкости).

7. Варить до готовности картошки.

8. Остудить суп, взбить в блендере, добавить сливки, посолить и поперчить по вкусу. Подавать суп охлажденным, уложив в центр тарелки небольшие кусочки селедки и присыпав зеленым луком. Этот суп очень хорош горячим, но тогда вместо селедки добавить 200 г натертого сыра типа швейцарского или грюйера.

Картофельный пирог с сыром

На 4 человека как легкая закуска или легкий ужин на двоих (девчонок!)

Духовку разогреть до 200 °С.

4—5 картофелин

1 лук-порей (только белая часть)

100 г любого твердого сыра

2 ст. ложки растительного масла

1 ст. ложка сливочного масла

белый молотый перец

майоран морская соль

1. Разогреть в сковороде сливочное масло, добавить нарезанный кольцами лук-порей и потушить его, чтобы он стал мягким.

2. Вымыть и почистить картофель, натереть его на крупной терке.

3. Перемешать лук-порей и картофель, посолить, добавить по щепотке перца и майорана.

4. Разогреть в тяжелой сковороде растительное масло и выложить картофельно-луковую массу, формируя из нее тонкий круглый пирог.

5. Жарить 2–3 минуты на сильном огне, затем огонь убавить, накрыть крышкой и дать ему готовиться еще 10 минут. Перевернуть и прожарить так же на другой стороне.

6. Выложить пирог на противень, посыпать натертым сыром и поставить на 2–3 минуты в духовку.

Укроп

Укроп — растение очень древнее, оно упоминается еще в египетских папирусах. Родом он из Персии, Средней Азии и Индии. В этой обычной и привычной для нас травке есть целый набор витаминов группы В, РР и С, а также каротина. Его можно посеять в горшочке на подоконнике, и через две недели в любое время года у вас будет свежий укроп. Его можно засушить или заморозить. В холодильнике его можно хранить, так же как и другую зелень, до двух недель. Надо только положить его в плотно закрывающийся контейнер или в пакет. Его добавляют в салаты, рыбные и овощные блюда, незаменим он при консервировании овощей, он улучшает аппетит и способствует пищеварению.

Вареники с картошкой, беконом и укропом

На 4 человека как легкий ужин

2 стакана муки

3/4 стакана холодной воды

1/4 ч. ложки морской соли

4 картофелины

10 полосок сырокопченого бекона или сала с мясной прослойкой

1 луковица

1 ст. ложка подсолнечного масла

растопленное сливочное масло

горсть свежего изрубленного укропа (а зимой 1 ч. ложка сухого укропа)

1. Муку просеять вместе с солью, добавить воду и замесить тесто, оно должно быть упругим и эластичным. Отправить тесто на полчаса в холодильник.

2. Отварить картофель, лук искрошить, бекон нарезать небольшими кусочками.

3. Разогреть в сковороде подсолнечное масло и обжарить лук вместе с беконом.

4. Размять картофель, добавить в него лук с беконом, половину укропа и размешать все до однородного состояния.

5. Присыпать рабочую поверхность мукой и раскатать тесто как можно тоньше.

6. Вырезать из теста кружочки.

7. Сформировать вареники, положив на тесто немного начинки, смазать края водой, слепить и защипнуть.

8. Опустить вареники в кипящую подсоленную воду и варить 8—10 минут.

Подавать вареники, полив растопленным сливочным маслом и присыпав оставшимся укропом.

Молодой картофель по-кончаловски

Рецепт от А. С. Кончаловского

На 4 человека как основное блюдо или как основная закуска

1 кг молодого картофеля икра одной большой сушеной или вяленой рыбы (100–150 г)

2 дольки чеснока

2—3 сухих маленьких перца чили

ароматное подсолнечное масло

горсть порубленного укропа

1. Помыть и как следует очистить картофель от песка и земли и отварить в мундире.

2. В разогретую сковороду влить 3–4 ст. ложки подсолнечного масла, добавить измельченные чеснок и чили.

3. Добавить 1/3 часть натертой на мелкой терке сушеной икры, быстро перемешать, залить этим соусом картошку и присыпать оставшейся мелконатертой икрой и укропом.

Базилик

Базилик растет в теплых климатических условиях. Он будет расти и будет цвести, только если ему будет хватать солнца. Без базилика я сегодня никуда. Я использую лиловый, тот, который называется у нас реганом, и зеленый, тот, который итальянского происхождения. Я сажаю у себя базилик в горшочке и стараюсь, чтобы холодный воздух на него не попадал, а солнышко довольно часто освещало. Конечно, это не так просто в заснеженной Москве. Но, тем не менее, все-таки с марта по октябрь-ноябрь собственный базилик у меня в горшке всегда есть. Если вовремя отрезать цветочек, то вместо цветочков будут возникать новые листики. На самом деле базилик очень разнообразен. Это замечательная травка с ярко-зелеными или фиолетовыми листьями. У нас на Кавказе и в Крыму он очень популярен как пряная зелень, там его срезают и подают на стол свеженьким. В итальянской и средиземноморской кухне он тоже очень популярен. В нем огромное количество ароматических и вкусовых оттенков, он может напоминать и душистый перец, и гвоздику, и анис, и даже лимон. Он замечательно сочетается с другой зеленью, я добавляю его в салаты, к мясу, к рыбе, а уж в некоторых подливках и соусах он просто незаменим. И обязательно приобретите сухой базилик, который вас будет выручать, — его запах даже сильнее, чем у свежего, а в герметичной упаковке он может храниться и пару лет. Базилик можно даже не измельчать, а прямо целиком добавлять листики в салаты. И конечно же, соус песто из Генуи без базилика просто невозможен.

Картофельные ньокки с соусом из помидоров и базиликом

На 4 человека как основное блюдо
1 кг картофеля
250 г муки
50 г натертого сыра пармезан
1 кг помидоров
2 красные луковицы
4 зубчика чеснока
6 ст. ложек оливкового масла
пучок зеленого базилика
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Картофель варить в мундире в течение 20 минут, он должен остаться недоваренным, затем почистить и натереть на мелкой терке.

2. Добавить 200 г просеянной муки и замесить тесто.

3. Остальную муку высыпать на рабочую поверхность, выложить тесто и сформировать из него «колбаску» диаметром 2–3 см. Разрезать «колбаску» на небольшие цилиндрики.

4. Кипящую воду подсолить, добавить 1 ст. ложку оливкового масла и варить ньокки 3–4 минуты.

5. Ошпарить помидоры, снять с них кожуру и нарезать кубиками.

6. Разогреть 3 ст. ложки оливкового масла, слегка обжарить мелко нарезанные лук и чеснок и добавить помидоры. Тушить соус на медленном огне около 40 минут, посолить, поперчить и добавить еще 2 ст. ложки масла.

Отварив ньокки, подавать их тут же, посыпать сыром, полить соусом и щедро присыпать базиликом.

Запеченная картошка с сыром

На 4 человека как закуска
Духовку разогреть до 200–220 °C.
1 кг крупной молодой картошки
200 г сыра типа чеддер или любого другого
сливочное масло
пучок укропа
крупная морская соль

1. Картошку вымыть хорошенько, потереть щеточкой, подсушить. Уложить ее на противень и запекать около часа, до золотистой корочки. Проткнуть картошку ножом, если нож входит легко — значит, картошка готова.

2. Сделать на каждой разрез вдоль до половины, вынуть немного мякоти и начинить маслом и натертым сыром, не забыв посолить. Начинки не жалеть! Чем больше «возьмет» картошка, тем вкуснее. Присыпать мелко искрошенным укропом и подавать тут же!

Май

Спаржа

Хотя спаржу сейчас можно купить в супермаркете круглый год, настоящая, сезонная, спаржа начинается с конца апреля и продолжается до конца июня. Это лучшее время для спаржи. Она очень вкусная и полезная.

Когда вы покупаете спаржу, обращайте внимание на упругость стеблей, яркий зеленый цвет и крепко закрытые головки, не покупайте сморщенные, сухие и пожелтевшие стебли.

Белая спаржа не что иное, как зеленая, которую присыпают землей, чтобы она «света белого не видела». Считается, что она более деликатная, чем зеленая, «загорелая», так сказать. Из спаржи можно приготовить много салатов и закусок, она очень хороша в макаронах и ризотто.

Если стебли у спаржи слишком толстые и твердые, их можно обрезать или почистить с помощью ножа для чистки картошки. Ее запекают в духовке, жарят на гриле или в воке, очень-очень вкусно с анчоусами или каким-нибудь острым соусом.

Салат из спаржи с кунжутом

На 4 человека как закуска

В этом салате лучше использовать тайскую мини-спаржу

500 г молодой спаржи

4 лука-шалота

2 ч. ложки кунжутного масла

1 ч. ложка натертого имбиря

2 ст. ложки соевого соуса

1 ст. ложка устричного или рыбного соуса Nam Pla (устричный предпочтительней)

1 ч. ложка рисового уксуса

100 мл саке

1 сухой перчик чили

2 ч. ложки кунжутного семени

1. Почистить и нарезать полукольцами лук.

2. Разогреть в сковороде-вок кунжутное масло, обжарить слегка лук.

3. Добавить имбирь, соевый соус, рисовый уксус, рыбный или устричный соус, саке, перчик чили и тушить все 1 минуту.

4. Отправить спаржу в соус и готовить 3–4 минуты, чтобы она стала нежной, оставаясь при этом упругой.

5. В последний момент добавить кунжутное семя, перемешать и снять с огня.

Подавать теплым.

Закуска из спаржи с ветчиной

На 4 человека как закуска
Духовку разогреть до 180 °C.
500 г спаржи
70 г пармской ветчины (или другой сыровяленой ветчины)
80 г сливочного масла
100 г пармезана
сухие прованские травы
свежемолотый черный перец
базилик

1. Большой противень щедро смазать сливочным маслом, присыпать сухими травками и поперчить.

2. Выложить на противень слой тонко нарезанной ветчины, сверху уложить спаржу, а на спаржу — кусочки сливочного масла.

3. Выпекать в разогретой духовке 15–20 минут.

4. Посыпать горячую спаржу натертым сыром и базиликом.

Подавать теплой.

Омлет со спаржей

На двоих как легкий обед
Духовку разогреть до 200 °С.
125 г молодой спаржи
4 яйца
50 г пармезана
2—3 ст. ложки оливкового масла
горсть листьев мяты
морская соль
свежемолотый черный перец

1. В кипящую воду опустить спаржу на 1–2 минуты, то есть обварить ее. Спаржа должна стать чуть мягче, оставаясь при этом упругой.

2. Взбить яйца, добавив щепотку соли и перца, листья мяты и натертый на крупной терке сыр (немного мяты и сыра оставить).

3. В сковороде с толстым дном разогреть оливковое масло, добавить взбитые яйца с сыром. Уменьшить огонь и дождаться, когда омлет схватится.

4. Сверху выложить спаржу, еще немного поперчить и посолить, отправить в разогретую духовку на пару минут. Духовку можно оставить открытой, если нет сковороды со съемной ручкой. Готовый омлет присыпать оставшимся сыром и мятой.

Щавель

В России щавель долгое время считался сорняком. Один немецкий путешественник, посетивший Москву в XVII веке, отмечал, что местные жители смеялись над иностранцами, поедающими зеленую траву — кислицу. А сегодня его с удовольствием используют в пищу и даже специально выращивают. В нем много разных кислот, которые и придают щавелю его специфический вкус. В пищу лучше всего употреблять молодые листья, в них находятся более мягкие кислоты — яблочная и лимонная. Кстати. Чтобы снизить содержание щавелевой кислоты, можно добавить в бульон мел или использовать более жесткую воду. В щавеле очень много витамина С. Из его листьев готовят супы, щи, пюре, начинки для пирогов, приправы к мясным блюдам. Его можно консервировать, есть сырым, заквашивать, солить, сушить и даже засахаривать.

Запеченный суп с фасолью и щавелем

На 6 человек как обед
Духовку разогреть до 220 °С.
1 кг фасоли
500 г зеленого лука
1 кг помидоров
300 г шпината
300 г щавеля
2 стебля сельдерея
6 долек чеснока
2 чиабатты или белый батон
оливковое масло
пучок петрушки
пучок базилика
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Замочить на несколько часов фасоль, затем отварить, добавив 1 помидор, пучок петрушки и 3 дольки чеснока.

2. Разрезать каждую чиабатту вдоль и пополам на четыре части (а если у вас батон, то просто на куски толщиной 1,5–2 см), выложить на противень и отправить на 5 минут в духовку.

3. Отварить щавель в течение 5 минут, затем в этой же воде отварить шпинат в течение 3–5 минут.

4. Ошпарить помидоры, снять кожицу, нарезать кубиками.

5. Порубить оставшийся чеснок, сельдерей и зеленый лук. В большой сковороде разогреть 3 ст. ложки оливкового масла, обжарить чеснок, добавить сельдерей и лук, потушить несколько минут. Затем добавить помидоры, 1 ч. ложку соли и тушить 30 минут.

6. Половину фасоли размять вилкой, подливая воду, в которой она варилась. Выложить размятую фасоль в сковороду к овощам, добавить шпинат, щавель и потушить суп еще несколько минут.

7. В большую жароупорную форму выложить половину хлеба, полить 3 ст. ложками оливкового масла, сверху залить супом, посыпать неразмятой фасолью, поперчить и посолить, накрыть хлебом, опять полить хлеб оливковым маслом и добавить немного воды, в которой варился шпинат и щавель. Запекать 15–20 минут.

Присыпать базиликом и подавать тут же!

Морковь

Морковь так же популярна, как картошка, а некоторым она нравится даже больше. Лучшая морковка, молодая, весенняя, начинается в апреле, нежная, сладкая, хрустящая. Знаменита высоким содержанием каротина, невероятно полезного для зрения. Супы, бульоны, салаты — сколько рецептов без моркови выглядели бы бледно, и в прямом смысле слова тоже! Лет 10 назад открыла для себя морковный торт и с тех пор не могу решить — что люблю больше, морковь или картошку.

Морковный суп-пюре с кориандром

На 6 человек
600 г моркови
1 красная луковица
1 фенхель
2 стебля сельдерея
2 дольки чеснока
60 мл оливкового масла
большой пучок кинзы
половинка перца чили
1 ст. ложка семян кориандра
1 ст. ложка семян тмина
морская соль
сметана

1. Разогреть в кастрюле оливковое масло, бросить в него крупно нарезанный чеснок, тмин, кориандр, разрезанный пополам перец чили.

2. Морковь, лук, фенхель, сельдерей крупно нарезать и отправить в кастрюлю. Протомить все вместе 2–3 минуты.

3. Залить кипятком так, чтобы вода покрыла все овощи, добавить пучок кинзы (несколько листиков оставить) и посолить. Варить до готовности моркови.

4. Слегка остывшие овощи взбить в блендере до консистенции пюре, добавляя понемногу овощной бульон.

5. Протереть через сито, перелить в кастрюлю и слегка прогреть. Подавать со сметаной, украсив листиком кинзы.

Овощи в рисовой бумаге

На 4 человека как легкая закуска
3 молодые морковки
300 г шампиньонов
100 г ростков сои
1 стебель сельдерея
2 дольки чеснока
3 ст. ложки кунжутного масла
1 ч. ложка семян кориандра
половинка зеленого перца чили
сок 1–2 лаймов
1 ч. ложка коричневого сахара
4 ст. ложки соевого соуса
горсть листьев кинзы и мяты
рисовая бумага

1. Морковь и сельдерей нарезать тонкой соломкой, шампиньоны и чеснок — тонкими ломтиками.

2. В сковороде-вок разогреть кунжутное масло и слегка обжарить чеснок. Добавить морковь, спустя 3–4 минуты добавить сельдерей и грибы. Потушить еще 1–2 минуты и добавить ростки сои и 3 ст. ложки соевого соуса.

3. В горячую воду опустить листы рисовой бумаги на 1 минуту, чтобы они стали мягкими.

4. Небольшими порциями уложить на листы рисовой бумаги овощи и завернуть на манер голубцов.

5. Мелко порубить чили, кинзу и мяту, добавить сок лайма, растертые в ступке семена кориандра, сахар и ст. ложку соевого соуса. Это и будет заправкой к овощам в рисовой бумаге.

Морковный пирог

На 6–8 человек
Духовку разогреть до 180 °С.
1 кг моркови
100 г сливочного масла
150 г муки
4 яйца
80 г коричневого сахара
375 мл 35 %-ных сливок мелко
натертая цедра апельсина
сок одного апельсина
2—3 ст. ложки холодной воды

1. Крупно нарезать морковь и варить ее на пару 30 минут. Измельчить в блендере, добавить апельсиновый сок.
2. Порубить ножом 75 г масла с мукой; добавляя воду, замесить тесто.
3. Смазать форму маслом, выложить тесто, равномерно распределяя его. Проткнуть тесто в нескольких местах вилкой и поставить на полчаса в холодильник.
4. Взбить яйца с сахаром; продолжая взбивать, добавить сливки.
5. Морковное пюре перемешать с яично-сливочной массой, добавить цедру апельсина.
6. Вынуть форму с тестом из холодильника, на тесто выложить морковную массу, сверху распределить кусочки оставшегося сливочного масла. Выпекать 35–40 минут.

Клубника

В XVIII веке алхимик по имени Фонтенель считал, что клубника продлевает жизнь, и дожил до ста лет. Клубника одна из самых вкусных, ароматных и сочных ягод. Абсолютный деликатес. Единственная проблема, мне кажется, что клубника бывает вкусной только в сезон — с мая по июль — и только там, где не бывает слишком жарко. Секретов, касающихся выбора и приготовления клубники, никаких не осталось. Все знают, что ягоды должны быть ярко-красные, крепкие и ароматные. Размер роли не играет, а даже, по моему опыту, чем мельче, тем вкуснее. Мыть клубнику нужно быстро, не замачивать в воде. Не знаю, может быть, вы не пробовали, но очень вкусно настаивать вино на клубнике.

Сорбе из красного вина с клубникой

1 бутылка сухого красного вина
150 г сахарной пудры
10 горошин белого перца
6 гвоздичек
мелко натертая цедра двух апельсинов
500 г клубники
горсть листьев мяты

1. Влить вино в кастрюлю, добавить 100 г сахарной пудры, цедру апельсинов, гвоздику, перец. На небольшом огне варить вино, чтобы оно уварилось примерно вполовину.

2. Процедить вино, остудить и поставить в морозильник или отправить в мороженицу. Перемешивать сорбе время от времени, чтобы оно замерзло равномерно.

3. Крупно нарезать клубнику, посыпать оставшейся сахарной пудрой и мятой.

4. Выложить клубнику порциями на тарелку, сверху положить шарики сорбе.

Кукурузное печенье с клубничным соусом

Духовку разогреть до 140 ˚С.
100 г миндаля
125 г пшеничной муки
75 г кукурузной крупы (не муки)
100 г сахара
160 г холодного сливочного масла
1/2 желтка
несколько капель ванильной эссенции
500 г клубники
4 ст. ложки сахарной пудры
горсть листьев свежей мяты

1. Миндаль просушить 10 минут в разогретой духовке, измельчить в блендере в мелкую крошку.

2. Смешать муку, кукурузную крупу, сахар и миндаль.

3. Натереть масло на крупной терке, смешать с сухими ингредиентами до получения консистенции панировочных сухарей, добавить желток и ванильную эссенцию.

4. Сформовать из теста шар (не пугайтесь, если тесто не хочет формоваться и крошится, добавьте еще пару чайных ложек разбитого желтка).

5. Выложить разъемную форму бумагой для выпечки, смазать ее маслом и распределить на ней равномерно тесто, придавливая его пальцами, но не добиваясь безупречно гладкой поверхности.

6. Выпекать 45 минут.

7. Остудить и затем разрезать или поломать на тонкие треугольники.

8. Клубнику нарезать крупно, посыпать сахарной пудрой и мятой. Оставить на 10–15 минут, чтобы клубника пустила сок. Подавать, выкладывая на кусочек печенья немного клубники с соусом.

Июнь

Летние ягоды

Малина, черника, ежевика, красная и черная смородина — самый лучший подарок для меня летом. Не нужно придумывать сложные десерты, возиться долго с тестом и стоять у жаркой плиты. Творог, сливки, сметана, простокваша, мороженое — если к этому добавить пахучие сочные ягоды (ни в коем случае не из холодильника, ну только если так было задумано) и немного сахара — это уже не десерт, это праздник! Теплым вечером, присыпав ягоды мятой или базиликом, подать с бокалом сотерна или токая — смотреть на закат… Если у вас есть более романтические идеи — поделитесь.

Ягодное желе с кокосовыми крекерами

Духовку разогреть до 170 ˚С.

1 стакан муки

полстакана сахарной пудры

100 г сливочного масла

1 стакан отрубей, овсянки или овсянки с отрубями

полстакана кокосовой стружки

1 ч. ложка соды

1 ст. ложка меда

2 ст. ложки кипятка

250—300 г ягод (понемногу клубники, голубики, малины, ежевики и т. д.)

50 мл яблочного сока

1 ч. ложка сахара

4 пластинки листового желатина (или 1 ст. ложка желатина в гранулах)

1. Взбить в блендере сливочное масло с сахарной пудрой, добавить кипяток. Следите за тем, чтобы масло не перебить.

2. Ввести по очереди в масло с сахаром слегка поджаренную кокосовую стружку, овсянку с отрубями и мед. Продолжать все взбивать на медленной скорости.

3. Муку просеять, перемешать с содой, добавить в тесто и вымешать все до однородной консистенции.

4. Застелить противень бумагой для выпечки, смазать ее маслом и выложить тесто, формуя из него небольшие лепешечки. Выпекать 15 минут, до светло-золотистого цвета.

5. Замочить желатин в небольшом количестве холодной воды.

6. Большую часть ягод уложить в кастрюльку, добавитъ сахар и яблочный сок. На медленном огне припустить слегка ягоды. Добавить растворенный желатин и осторожно перемешать. В небольшие формочки положить несколько свежих ягод, сверху выложить ягодное желе. Когда остынет, поставить на пару часов в холодильник.

Подавать с кокосовыми крекерами, выложив желе из формочек на тарелку (для этого опустить формочку на несколько секунд в горячую воду и тут же перевернуть).

Кексы с голубикой

Духовку разогреть до 200 °С.
200 г голубики (или малины, черники, вишни)
175 г сливочного масла
250 г миндаля
5 ст. ложек муки
1 стакан сахарной пудры
5 охлажденных белков
мелко натертая цедра одного лимона
морская соль

1. Растопить в кастрюльке сливочное масло, миндаль измельчить в блендере.
2. Взбить белки со щепоткой соли, сахарной пудрой.
3. Добавить муку, миндаль, цедру лимона, влить растопленное масло и хорошенько перемешать.
4. Небольшие формочки смазать маслом, наполнить тестом, сверху тесто присыпать ягодами. Выпекать 20 минут.

Черносмородиновое сорбе

500 г черной смородины
120 г сахарной пудры
120 мл воды
сок половины лимона

1. Черную смородину измельчить в блендере до консистенции пюре, протереть через сито и добавить лимонный сок.

2. Воду влить в кастрюльку, добавив сахарную пудру, помешивая, довести до кипения. Подержать на медленном огне 2 минуты.

3. В теплую воду добавить смородиновое пюре, перемешать, разлить по маленьким формочкам и поставить в морозильник на несколько часов.

Можно заморозить сорбе в пластиковом контейнере. В этом случае не забывайте перемешивать сорбе время от времени деревянной ложкой, чтобы оно замерзло равномерно.

Ягодный десерт

Духовку разогреть до 150 ˚С.
100 г малины
100 г черники
100 г голубики
100 г клубники
2 сливы
4 яйца
50 г сахарной пудры
300 мл 33 %-ных сливок
5 ст. ложек муки
пол чайной ложки ванильной эссенции

1. Взбить яйца с сахарной пудрой, добавить ванильную эссенцию, сливки и взбить еще раз, чтобы масса увеличилась в объеме вдвое.
2. Ввести муку и хорошенько перемешать.
3. Смазать огнеупорную форму маслом, влить 2/3 массы в форму и выпекать 5 минут.
4. Сливы и клубнику нарезать небольшими кубиками.
5. В слегка запеченную массу выложить сливы, клубнику, чернику, малину и голубику, вылить поверх ягод оставшуюся сливочную массу. Выпекать еще 20–25 минут.

Пирог «Летняя песня»

Духовку разогреть до 180 °С.
100 г муки
250 г размягченного сливочного масла
100 г кураги
75 г миндаля
180 г сахарной пудры + 5 ст. ложек сахарной пудры
4 яйца
мелко натертая цедра лимона
сок одного лимона
щепотка соли
500 мл молока
5 желтков
300 мл холодных сливок
150 мл сладкого красного вина
400 г любых ягод (малина, ежевика, черника, черешня и т. д.)
1 стручок ванили

1. Измельчить в блендере миндаль, таким же образом измельчить курагу (лучше, если она будет сухой).

2. Просеять муку, перемешать с миндалем и щепоткой соли.

3. Взбить масло со 180 г сахарной пудры, ввести по одному яйца, добавить сок и цедру лимона.

4. Частями ввести муку с миндалем, затем добавить курагу и все тщательно перемешать.

5. Смазать разъемную форму маслом, выложить в форму тесто, равномерно распределяя, и выпекать 25–30 минут до готовности. Вынуть, остудить.

6. В кастрюлю влить молоко, добавить раскрытый стручок и семена ванили, довести молоко до кипения. Процедить через сито, чтобы избавиться от пленок и ванильного стручка.

7. Взбить желтки с сахарной пудрой, добавить молоко. Перелить все в кастрюльку и на медленном огне, постоянно помешивая, довести крем до густого, плотного состояния. Снять с огня, остудить и поставить крем на 30 минут в холодильник.

8. Взбить сливки, половину ягод помять вилкой.

9. Нарезать испеченный бисквит небольшими кусочками, сбрызнуть их вином, сверху выложить крем, мятые ягоды, взбитые сливки и украсить целыми ягодками.

Вишня

Самые вкусные фруктовые десерты — это те, в которых есть вишня. Оказывается, вишня была известна грекам еще с IV века до н. э. Вишню исстари выращивали в Киевской Руси, а первые подмосковные вишневые сады были заложены еще Юрием Долгоруким. Сегодня вишня растет практически по всей Европе, но лучшая все же у нас, в России. В ней очень много легкоусвояемых сахаров, глюкозы и фруктозы, а также меди, магния и железа. Хранить вишню не стоит, ее надо как можно быстрее съедать или что-нибудь из нее готовить. Чего только из вишни не делают! Компоты, варенья, настойки, ликеры и сиропы; сушеную вишню добавляют в смеси сухофруктов, она замечательна в выпечке. Ее можно заморозить, ведь замороженные овощи и фрукты сохраняют практически все свои полезные свойства. А еще бабушка в большой чашке мяла вишню с сахаром, заливала ее горячим чаем, добавляла туда густых домашних сливок и давала нам с сестрой на завтрак с горячими пышками. И наверное, одно из самых вкусных моих воспоминаний детства — это бабушкины вареники с вишней.

Вареники с вишней

300 г вишни
2 стакана муки
3/4 стакана очень холодной воды
1/4 ч. ложки соли
1/2 стакана сахара и еще 2 ст. ложки сахара

1. Вишню вымыть, вынуть косточки, присыпать сахаром и оставить на 30 минут.
2. Половину вишни переложить в кастрюльку вместе с соком, который образовался, всыпать еще 2 ст. ложки сахара и на медленном огне уварить.
3. Муку перемешать с солью и просеять, добавить воду и замесить тесто.
4. Присыпать рабочую поверхность мукой, раскатать тесто как можно тоньше и вырезать из него с помощью чашки или стакана кружочки.
5. Сформировать вареники, положив на кружочек теста 2–3 вишни, слепить края и защипнуть вареники.
6. Отварить в большом количестве подсоленной воды. Подавать, полив вишневым сиропом.

Кексы с вишней

Духовку разогреть до 180 ˚С.
300 г вишни (косточки удалить)
300 мл молока
300 г муки
3 яйца
250 мл растительного масла
100 г сахарной пудры
100 г пшеничных отрубей
3 ст. ложки коричневого сахара
1 ч. ложка соды
1 ч. ложка разрыхлителя
сок одного лимона
щепотка соли

1. Всыпать отруби в молоко и оставить на несколько минут набухать.
2. Муку просеять вместе с разрыхлителем и солью.
3. Взбить яйца с сахарной пудрой и коричневым сахаром.
4. Добавить к яйцам муку, растительное масло, отруби, соду, погашенную лимонным соком, и вишни. Все аккуратно и тщательно перемешать.
5. Смазать формочки для кексов растительным маслом и выложить в них тесто. Выпекать 25 минут.

Пирог с вишней

На 6 человек
Духовку разогреть до 210 °C.
500 г вишни без косточек
250 г муки
150 г сахара
125 г охлажденного сливочного масла
120 г миндаля
1 яйцо
4 белка морская соль

1. Натереть на терке охлажденное сливочное масло, добавить просеянную муку и растереть до состояния мелкой крошки.

2. Добавить яйцо и щепотку соли, замесить тесто. Скатать из него шар, завернуть в пленку и положить минимум на 40 минут в холодильник.

3. Раскатать тесто, затем снова сформовать из него шар и еще раз раскатать (эту процедуру желательно повторить 3–4 раза).

4. Разъемную форму смазать маслом, выложить тонким слоем тесто. Проткнуть тесто в нескольких местах вилкой, накрыть бумагой для выпечки, высыпать на бумагу около килограмма гороха (или другой крупы). Выпекать 15–20 минут, затем бумагу с крупой убрать.

5. Измельчить миндаль в блендере и присыпать им пропеченное тесто.

6. Добавить в белки щепотку соли и сахар и взбить в крепкую пену.

7. Половину белков перемешать с вишней и выложить на миндаль, оставшиеся белки — сверху на вишни. Выпекать пирог 35–40 минут.

Зимой этот пирог можно замечательно приготовить с замороженной вишней.

Торт «Черный лес»

Духовку разогреть до 180 ˚С.
100 г черного шоколада
350 г сахарной пудры
8 яиц
2 желтка
200 г муки
500 мл 22 %-ных сливок
680 мл 35 %-ных сливок
140 мл молока
200 г вишен без косточек
75 мл вишневого ликера (или любого другого)
1 ст. ложка желатина
палочка корицы
2 ст. ложки какао-порошка

1. Замочить желатин в воде на полчаса.

2. В кастрюльку влить 22 %-ные сливки, молоко, добавить 100 г сахарной пудры и довести до кипения (ни в коем случае не кипятить!). Добавить желатин и 25 мл ликера, перемешать. Когда смесь остынет, поставить на несколько часов в холодильник.

3. На водяной бане растопить шоколад; в 45 мл теплой воды растворить 50 г сахарной пудры; взбить желтки. Добавить сироп и желтки в шоколад и перемешать.

4. Миксером взбить 180 мл 35 %-ных сливок и осторожно смешать с шоколадной массой. Поставить в холодильник.

5. Взбить яйца и 150 г сахарной пудры, добавить какао, просеянную муку.

6. Разъемную форму смазать маслом. Из теста сделать 2 коржа, выпекать 15–20 минут.

7. Вишню (немного ягод оставить), 50 мл ликера, 50 г сахарной пудры, корицу и 3 ст. ложки воды поместить в кастрюльку и уварить на медленном огне вполовину.

8. Взбить 500 мл 35 %-ных сливок.

9. Корж полить получившимся вишневым сиропом, выложить немного вишен, сверху положить слой сливочного желе, слой шоколадного крема, слой взбитых сливок и украсить оставшимися вишнями.

Торт получится «двухэтажным», если использовать второй корж. А можно сделать еще один торт!

Сливы

Желтые, зеленые, красные, лиловые летние ароматные, сладкие, сочные сливы — желанные гостьи у меня на кухне. В выпечку, в компоты, в соусы к мясным блюдам, к чаю с простоквашей, и просто так — с удовольствием! Правда, замечено, что самые крупные — не самые вкусные. Лучшие сорта слив — это отличный десерт! Сливовый сок очень полезен, его можно пить и до еды, и после. Сливы полезно есть для улучшения аппетита и пищеварения, а также при малокровии. В них много полезных сахаров, витамины С и В. Дома, в холодильнике, их можно хранить пару недель.

Кукурузные оладушки со сливами

500 г темных слив
2 звездочки бадьяна
1 палочка корицы
3 ст. ложки коричневого сахара
4 ст. ложки кукурузной муки
1 ч. ложка разрыхлителя
1 яйцо
1 стакан молока
1 ч. ложка орехового масла
растительное масло
щепотка соли

1. Сливы нарезать кусочками, положить в сковороду, добавить сахар, бадьян, корицу и потомить 10–15 минут.

2. Взбить слегка яйцо с молоком, добавить кукурузную муку, разрыхлитель, ореховое масло, щепотку соли и замесить тесто.

3. На растительном масле пожарить небольшие оладушки. Выкладывать на бумажное полотенце, чтобы избавить оладьи от лишнего масла.

Подавать оладушки горячими со сливовым соусом и кусочками слив.

Ореховый торт со сливами

На 8—10 человек

Духовку разогреть до 190 °С.

1 кг слив (сливы должны быть крепкие и сочные)

125 г миндаля

125 г фундука

200 г размягченного сливочного масла

150 г сахарной пудры

3 яйца

100 г муки

4 ст. ложки абрикосового варенья (можно взять любое варенье, которое вам по вкусу)

1. Измельчить в блендере миндаль и фундук.

2. Взбить размягченное сливочное масло с сахарной пудрой, продолжая взбивать, ввести по одному яйца, добавить орехи, просеянную муку.

3. Сливы разрезать вдоль на четыре части.

4. Смазать круглую разъемную форму диаметром 28 см маслом и выложить в нее тесто.

5. Начиная от центра, воткнуть в тесто дольки слив, наполовину погружая их в тесто (постараться разместить как можно больше слив).

6. Первые 15 минут выпекать при температуре 190 °С, затем убавить до 150 °С и выпекать еще 30–40 минут.

7. Подогреть варенье в кастрюльке, чтобы оно стало жидким, протереть через сито. Кулинарной кисточкой смазать пирог вареньем, чтобы получилась блестящая глазурь.

Июль

Помидоры

Помидоры! Ну что бы я делала без помидоров на кухне, я не знаю! Самые лучшие помидоры появляются летом, начиная с мая, когда на рынках можно купить узбекские и азербайджанские помидоры, и по октябрь-ноябрь, когда уже наши московские помидоры поспевают и тоже становятся сладкими и мясистыми. Я очень люблю помидоры и использую их для салатов, соусов, брускетты и просто, чтобы разрезать пополам, присыпать солью и съесть. Я обычно покупаю узбекские, крупные, большие помидоры, те, что называются «бычье сердце». Они ярко-малинового цвета, а один помидор может весить 500 граммов. В них не так много семечек, не очень много сока, но зато мякоть очень сочная и насыщенная запахом и вкусом. Так называемые помидоры-сливки очень хороши для приготовления различных соусов. И конечно, когда они спелые и мягкие, соус получается сладким, и туда не нужно добавлять ту небольшую щепотку сахара, которая может убрать кислоту из соуса. Кожица у них обычно толще, чем, например, у «бычьего сердца», но она очень легко снимается после ошпаривания. Хорошие помидоры — вишенки, так называемые черри-помидоры. У них очень сильный сладкий вкус, и они замечательно путешествуют. И в самом деле, они не очень-то страдают от наступления холодов, поэтому мы их продолжаем получать из Израиля, Африки и откуда-то еще из теплых стран, а в салате они отлично работают круглый год. Летом я стараюсь помидоры не держать в холодильнике, потому что, как правило, они идут каждый день в какое-нибудь блюдо или просто быстро съедаются. А когда помидор находится в холодильнике, что-то происходит с его вкусом и он уже становится не таким теплым, сочным и солнечным. Если есть возможность, то лучше держать помидоры в деревянных или картонных коробочках в подвале или погребе или просто в прохладном, хорошо проветриваемом месте.

Коктейль «Кровавая Мэри»

3 больших помидора
100 г водки
сок одного лимона
сок одного лайма
1 ч. ложка мелко натертой редьки
1 зубчик чеснока
пучок кинзы
половинка перца чили
веточки сельдерея
морская соль

1. Помидоры нарезать.

2. Взбить в блендере помидоры, перец чили, чеснок, редьку и кинзу. Добавить сок лимона и лайма, соль по вкусу.

3. Протереть через сито, добавить водку. Подавать в широких стаканах, добавив лед и украсив веточками сельдерея.

Пирожки с помидорами

На 8 человек как закуска
Духовку разогреть до 180 °C.
250 г муки
125 г охлажденного сливочного масла
4 яйца
500 г помидоров
200 мл 35 %-ных сливок
125 г моцареллы
1 ч. ложка сметаны
щепотка сухого базилика
горсть листьев свежего базилика
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Натереть масло на крупной терке, просеять в него муку, перемешать.
2. Взбить 1 яйцо со щепоткой соли и сметаной, добавить в муку и замесить тесто. Скатать из теста шар, завернуть в пленку и положить на полчаса в холодильник.
3. Помидоры ошпарить, снять с них кожицу, нарезать кубиками и положить в сито, чтобы ушел лишний сок.
4. Венчиком взбить 3 яйца и сливки, посолить и поперчить.
5. Моцареллу нарезать кубиками.
6. Небольшие формочки смазать маслом и выложить их тестом, плотно прижав его к стенкам и дну формочек.
7. Положить в каждую формочку немного помидоров, несколько кубиков моцареллы, несколько листиков базилика, влить 3–4 ложки яично-сливочной массы, посыпать сухим базиликом. Выпекать 25–30 минут.

Макароны с помидорами, базиликом и пармезаном

На 4 человека как легкий ужин
300 г спагетти
2 зубчика чеснока
100 г пармезана
50 г сливочного масла
250 г помидоров-вишенок
4 ст. ложки оливкового масла
большая горсть листьев базилика
морская соль

1. Отварить макароны в подсоленной и подмасленной воде.
2. Растопить в сковороде сливочное масло, бросить туда чеснок целиком, через минуту добавить помидоры. Убавить огонь и потомить помидоры в течение 5 минут.
3. Чеснок вынуть, добавить в сковородку макароны, оливковое масло, часть натертого сыра и базилик. Все перемешать.
4. Выложить на тарелки и присыпать сыром.

Подавать макароны немедленно!

Карамелизированные помидоры со сметанным мороженым

На 6 человек как десерт

500 г помидоров-вишенок

100 г коричневого сахара, лучше взять мелкий сахар или измельчить его в ступке

50 г сливочного масла

500 г жирной сметаны

1 палочка ванили

сок половины апельсина

сок половины лимона

цедра половины апельсина

1/2 ч. ложки кардамона

1. Взбить 50 г сахара со сметаной и лимонным соком и поставить на 2 часа в морозилку.

2. В тяжелой кастрюле с толстым дном растопить сливочное масло, добавить оставшийся сахар, затем помидоры. На медленном огне потушить несколько минут. Помешивать надо аккуратно, чтобы помидоры по возможности остались целыми.

3. Добавить апельсиновый сок, разрезанную пополам палочку и зернышки ванили, истолченный в ступке кардамон и нарезанную как можно тоньше цедру апельсина. Потушить на медленном огне еще 10–15 минут.

Подавать помидоры теплыми, с шариком сметанного мороженого.

Свекла

Может, американцам и нужно объяснять, что такое свекла и с чем ее едят, а вам что нового я могу про нее рассказать? Знакома каждому в России, Украине, да и, пожалуй, в других славянских странах. Интересно, что немцы маринуют совсем маленькие корешки свеколки и подают к мясу или просто как закуску. Фламандцы тоже уважают сладкие, богатые кальцием корнеплоды. Я заметила, что продолговатая свекла, как правило, слаще, чем круглая, более распространенная, так что охотьтесь за корешками подлиннее. Я осенью — зимой без свеклы никуда — запекаю в духовке, отвариваю в подсоленной воде, в салаты крошу, натираю. А весной — летом и листики в ход идут. Между прочим, они не менее интересны, чем шпинат. Замаринованная в уксусе свекла — тоже пальчики оближешь. И в сочетании с селедкой — сказка! — не только для русских, но и для скандинавов. И не бойтесь с ней экспериментировать — потушить в масле с луком и чесноком или приправить соусом бешамель. Или сделайте маринад: 1 ст. ложка горчицы, половина рубленой луковицы и любые, милые сердцу травки — сухие или свежие. Нарезать тонко запеченную в духовке свеклу, смешать с горчичной заправкой, оставить на час и потом съесть с удовольствием!

Салат из свеклы «Наполеон»

На 6 человек как закуска
4 отварные свеклы
150 г мягкого козьего сыра (или творога)
1 стебель сельдерея
1 зубчик чеснока
горсть обжаренных подсолнечных семечек
горсть порубленной петрушки
сок половины лимона
2 ст. ложки любого растительного масла
3 ч. ложки гранатового сока
горсть гранатовых зерен
щепотка красного перца
щепотка тмина
щепотка морской соли

1. Нарезать свеклу кружочками толщиной 5 мм.
2. Размять вилкой козий сыр, добавить семечки, мелко нарезанные сельдерей и чеснок, перемешать.
3. На ломтик свеклы выложить часть начинки, накрыть вторым ломтиком, затем еще слой начинки и еще один ломтик свеклы. Всего 3–4 слоя.
4. Смешать лимонный и гранатовый сок, растительное масло, перец, тмин, соль и зерна граната.
5. Полить заправкой и посыпать петрушкой.

Холодник по-польски

На 6 человек как легкий ужин
6 небольших отваренных свеколок
30 раков
3 отварных яйца
6 огурчиков
500 мл жидкой сметаны
1 пучок сухого укропа
1 пучок свежего укропа
маленький пучок зеленого лука
душистый перец горошком
морская соль

1. В кипящую воду добавить соль, душистый перец и пучок сухого укропа. Опустить раков в кипящий рассол и варить их 35–45 минут.

2. Почистить свеклу, натереть на крупной терке, залить холодной водой, добавить сметану и посолить.

3. Мелко нарезать огурцы, лук, свежий укроп и добавить в холодник.

4. В тарелку налить суп, положить половинку яйца и несколько очищенных раковых шеек.

Подавать с горячей молодой картошкой, приправленной молодым чесноком и укропом.

Пирог из свеклы

Духовку разогреть до 190 ˚С.
500 г молоденькой свеклы
3 яйца
4 ст. ложки жидкого меда
100 мл оливкового масла
100 г кукурузной муки
1 ч. ложка натертого имбиря
1/2 ч. ложки корицы
1 ч. ложка разрыхлителя
мелко натертая цедра одного апельсина
сок половины апельсина
ванильный экстракт
200 г сметаны
2 ст. ложки апельсинового ликера
морская соль

1. Свеклу отварить, почистить и натереть на крупной терке.
2. Отделить белки от желтков.
3. Добавить в свеклу имбирь, мед, корицу, оливковое масло, желтки, несколько капель ванильного экстракта, кукурузную муку, разрыхлитель, цедру и сок апельсина. Все хорошенько перемешать.
4. Взбить белки со щепоткой соли в крепкую пену и ввести в свекольное тесто.
5. Смазать разъемную форму оливковым маслом, выложить тесто в форму и выпекать 25–30 минут.
6. Для крема хорошенько перемешать сметану, апельсиновый ликер и несколько капель ванильного экстракта.

Подавать пирог со сметанным кремом.

Абрикосы

Абрикосы для меня означают лето, потому что они появляются в самый разгар солнечных радостей, где-то после черешни и перед персиками, а еще потому, что у них такой яркий и радостный цвет, и потому, что они пахнут солнцем и, может быть, немножечко летней пылью и зеленью. Когда я покупаю абрикосы, я выбираю очень спелые, с замечательным запахом, который ни с чем нельзя перепутать и ничем нельзя заменить. Чем ярче цвет абрикоса, тем он будет слаще. Если вы, как и я, любите сладкие спелые фрукты, тогда лучше не покупайте твердые бледные плоды, потому что они уже никогда не созреют до того состояния, когда ты кусаешь, а сок брызжет из абрикоса. Не очень спелые абрикосы замечательны для готовки. Их можно запекать, делать из них пироги, варить варенье. Если вы любите, как и я, есть абрикосы просто так, сырыми, никогда не храните их в холодильнике. Вернее, храните, но, если вы собрались их поесть, выньте их из холодильника часа за четыре, за пять, не меньше, они должны быть комнатной температуры. Именно тогда они пахнут и вкус у них совершенно невероятный. Я очень люблю выпечку с абрикосами. И еще, почти невозможно снять с абрикоса кожицу, поэтому и не пытайтесь.

Да и потом, весь аромат, в принципе, находится в кожице.

Запеченные фрукты

Духовку разогреть до 170 °C.

Любые фрукты! сливы, персики, нектарины, абрикосы, инжир, вишня — всего килограмм

сахарная пудра

щепотка мускатного ореха

100 мл сливок

1. Вымыть хорошенько фрукты, просушить, вынуть косточки.
2. Все фрукты нарезать так, чтобы они были примерно одинакового размера.
3. Уложить фрукты на противень, посыпать мускатным орехом и сахарной пудрой и запекать 15–20 минут.
4. Сливки взбить.

Подавать фрукты со взбитыми сливками.

Пончики с абрикосами

500 г абрикосов
125 мл молока
250 г муки
1 ч. ложка сливочного масла
1 яйцо
150 г мелкого сахара
щепотка соли
1 ч. ложка сухих дрожжей
оливковое масло для жарки или другое очень хорошее растительное масло

1. Поставить кастрюльку с молоком на огонь, добавить масло и подогреть так, чтобы масло растаяло.
2. Взбить яйцо с 50 г сахара и щепоткой соли, добавить дрожжи и теплое молоко с маслом. Продолжая взбивать, ввести просеянную муку и хорошенько вымесить тесто руками. Миску смазать растительным маслом, положить в нее тесто, затянуть пленкой и поставить в теплое место на час.
3. Абрикосы вымыть, удалить косточки и нарезать небольшими кубиками.
4. Тесто раскатать и вырезать из него с помощью небольшой чашки кружочки.
5. Растянуть немного руками каждый кружок, в центр положить чайную ложку абрикосов, присыпать щепоткой сахара и слепить из них пончики, аккуратно защипывая края.
6. В глубокой сковороде или кастрюле разогреть растительное масло и жарить пончики до золотистого цвета (следите за температурой масла: если масло будет слишком горячим, пончики снаружи сгорят, а внутри не пропекутся).

Подавать пончики горячими, присыпав мелким сахаром или сахарной пудрой. Такие пончики можно готовить и с другими фруктами или ягодами.

Персики

Персики, как и многие другие вкусности, родом из Китая, к нам на стол попали благодаря Александру Македонскому, который, отведав их в Персии, привез с собой в Грецию; название, кстати, так и переводится с латыни — персидское яблоко. Бархатная кожица, нежная, сочная, ароматная мякоть, яркий, радостный цвет. Персик не только очень вкусный, но и полезный для пищеварения фрукт. Если съедать персик натощак, то это поможет вывести токсины из организма и улучшит цвет лица. Персики можно, как и яблоки, добавлять не только в салаты. Особенно хороши сочетания с курицей, гусиной печенкой, птицей, а еще есть интересный рецепт с крабовым мясом. Припущенные в сахарном сиропе с ликером, запеченные в духовке, карамелизированные, не говоря уже о многочисленных пирогах, пирожках, муссах и сорбе. А я люблю вечером в июле разломать душистый персик на дольки, отправить в бокал и залить сухим красным вином. Чуть-чуть подождать, чтобы вино настоялось, и наслаждаться.

Персиковое мороженое

1 кг персиков
7 желтков
1 стакан сахара
1 л 33 %-ных сливок
сок одного лимона
ванильная палочка

1. Разрезать персики пополам, удалить косточки, измельчить в блендере, добавив лимонный сок.

2. В тяжелую кастрюлю влить сливки, добавить в них семена ванили и стручок. Подогреть, но ни в коем случае не кипятить.

3. Взбивать желтки с сахаром, пока масса не станет светлой и довольно плотной.

4. Перемешать теплые сливки с желтками. На очень слабом огне довести массу до кипения (но не кипятить!), постоянно помешивая. Как только загустеет, тут же снять с огня.

5. Остудить смесь и перемешать с персиками. Вылить в пластиковый контейнер, охладить и поставить в морозилку минимум на 4 часа. Перемешивать мороженое каждый час деревянной ложкой, чтобы оно получилось однородным.

Коктейль «Bellini»

8 персиков
100 г сахара
бутылка сухого игристого вина Prosecco
50 г коньяка или граппы

1. Персики разрезать пополам, вынуть косточки и уложить в керамическую посуду.
2. Посыпать сахаром, полить коньяком или граппой и отправить в духовку на 15–20 минут.
3. Остывшие персики взбить в блендере и протереть через пластиковое сито деревянной ложкой (для того чтобы персики не потемнели).
4. Высокие бокалы наполнить наполовину персиковым пюре, осторожно влить охлажденное вино и перемешать все длинной ложкой.

Сангрия

1 л красного сухого вина
100 мл сухого мартини
2 нектарина или персика
1 апельсин
1 лимон
1 ст. ложка сахара
1 палочка корицы
6—7 гвоздик

1. В большой кувшин влить вино и мартини, добавить нарезанные ломтиками нектарины, ломтики апельсина, гвоздику, корицу, сахар. С лимона снять кожицу, только ярко-желтый слой, и порезать ее на полоски. Добавить в кувшин. Сок выдавить и смешать с вином.

2. Перемешать и поставить на 2 часа в холодильник или добавить лед.

Подавать сангрию в широких стаканах с кусочками фруктов.

Август

Кабачки

Кто не знает кабачки? Бабушки и дедушки, которые так любят разводить сады и огороды, обязательно сажают у себя кабачки. Теперь еще и цукини. Естественно, раньше, когда я была маленькая, я не знала, что такое цукини, и была знакома только с бледно-бледно-зелеными толстыми плодами, по форме напоминающими баклажаны, но назывались они «кабачками». Вкус у них был более свежий и более сговорчивый, я бы сказала. А еще моя бабушка, когда выращивала кабачки, никогда не давала им раздуться до больших размеров и всегда снимала их со стебелька, когда они были чуть длиннее ладошки, и поэтому они получались очень вкусными. Иногда бабушка натирала их на терке прямо в салат, и невозможно было догадаться, что это сырой кабачок. Позже, когда я приехала в Италию и увидела, как выглядит цукини, сколько сортов этого замечательного овоща тут растет и сколько чудесных рецептов существует, моя любовь к этому овощу стала еще глубже. И теперь я знаю, что цукини или кабачки лучше всего есть все-таки летом, когда они вскормлены солнцем и все еще помнят тепло земли, на которой они лежали. На гриле, в салатах, в блинчиках, добавленные в макароны, смешанные с другими овощами, потушенные, запеченные! Вариации бесконечны. Наслаждайтесь!

Если все же вы покупаете цукини на рынке или в магазине и они достаточно большие, лучше всего замочить их в холодной воде минут на тридцать. Затем вымыть и уже потом готовить, как указывается в рецепте. Мягкий центр все-таки я предпочитаю просто выбросить. И оставить только крепкую часть этого овоща. Это именно та часть, которая обладает вкусом и ароматом.

Оладушки из кабачков

На 4 человека как легкий ужин
Духовку разогреть до 190 °С.
4 молодых кабачка
1 яйцо
1 ст. ложка муки
150 г сыра бри
5—6 вяленых помидоров в оливковом масле
щепотка сухих прованских трав
растительное масло
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Кабачки натереть на крупной терке, не снимая с них кожуру.

2. Добавить яйцо, муку, прованские травы, поперчить и посолить, все хорошенько перемешать.

3. Пожарить оладушки на разогретом растительном масле.

4. Выложить на противень, накрытый бумагой для выпечки, сверху разложить сыр и нарезанные на широкие полоски вяленые помидоры. Отправить на 2–3 минуты в духовку; едва сыр «поплыл» — тут же подавать!

Цукини на гриле

На 4 человека как закуска
2 цукини
2 красных перца чили (удалить семена)
сок половины лимона
5—6 ст. ложек оливкового масла
горсть листьев мяты
морская соль

1. Не снимая кожуры, цукини нарезать вдоль тонкими длинными полосками и обжарить на гриле с обеих сторон.

2. Смешать оливковое масло с лимонным соком и щепоткой соли.

3. Выложить цукини на большое блюдо, присыпать искрошенным перцем чили и листьями мяты, полить заправкой.

Пирог из кабачков с мятой

На 6 человек как легкий обед
Духовку разогреть до 190 °С.
1,5 кг молодых кабачков
300 г жирного творога (протертого через сито)
200 мл горячей воды
200 г твердого сыра (типа пармезана)
2 ст. ложки оливкового масла
1 ст. ложка сливочного масла
4 ст. ложки сливок
3 яйца
2 зубчика чеснока
пучок мяты
пучок зеленого лука
щепотка сухого орегано
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Нарезать кабачки кружочками толщиной 5 мм. Покрошить зеленый лук и мяту.

2. В сковороде разогреть сливочное масло, добавить искрошенный чеснок, лук, мяту, орегано. Через минуту добавить кабачки, залить горячей водой, накрыть крышкой и оставить томиться на медленном огне 15–20 минут.

3. Половину потушившихся кабачков размять с творогом толкушкой для картошки, добавить сливки и яйца и вымешать.

4. Добавить остальные кабачки и 120 г натертого сыра, посолить и поперчить по вкусу.

5. Большую разъемную форму смазать маслом, обсыпать сыром, выложить в нее кабачковое тесто и присыпать сверху оставшимся сыром. Сбрызнуть оливковым маслом и выпекать в духовке 35–40 минут.

Овощная лазанья с козьим сыром

На 6 человек как ужин
Духовку разогреть до 180 °C.
2 баклажана
2 цукини
2 луковицы
2 красных сладких перца
2 желтых сладких перца
2 крупных помидора
200 г мягкого козьего сыра
50 мл оливкового масла
сок одного лимона
горсть порубленной кинзы
горсть порубленного базилика
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Цукини и баклажаны нарезать вдоль полосками толщиной 5 мм (баклажаны присыпать солью, оставить на 10–15 минут, чтобы они отдали свою горечь). Лук нарезать полукольцами.

2. Обжарить цукини, баклажаны, лук и перец на гриле с обеих сторон. Перец на несколько минут положить в пакет, снять кожицу, вынуть семена и крупно нарезать.

3. Помидоры и козий сыр нарезать кружочками.

4. Сделать заправку: смешать оливковое масло, лимонный сок, щедрую щепотку соли и перца.

5. Выложить в жароупорную форму слоями: баклажаны, цукини, перец, сыр, помидоры, лук и сверху еще один слой сыра. Каждый слой овощей поливать заправкой и присыпать зеленью.

6. Накрыть форму фольгой и выпекать 30 минут, затем фольгу снять, поставить под гриль или на самый верхний уровень духовки и запекать еще 5 минут.

Овощные корзиночки

Духовку разогреть до 200 ˚С.
2 цукини
1 баклажан
5 картофелин
5 помидоров
5 луковиц
1/2 ч. ложки шафрана
1/2 белого батона
5 ст. ложек оливкового масла
4 зубчика чеснока
по щепотке сухих прованских трав, орегано, майорана
горсть порубленного базилика
горсть порубленной петрушки
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Опустить в кипящую воду картофель, добавить шафран, варить 8—10 минут.

2. Баклажан и цукини разрезать, сохраняя донышко, на 3–4 части (в зависимости от размера овощей), вынуть мякоть, так чтобы получились корзиночки. так же поступить с остальными овощами.

3. Мякоть всех овощей и 2 зубчика чеснока мелко порубить. Разогреть в сковороде 3 ст. ложки масла, слегка поджарить порубленные овощи. Посолить, поперчить, добавить прованские травы, орегано и майоран, порубленную свежую зелень.

4. С батона срезать корку, мякоть измельчить в блендере. Разогреть 2 ст. ложки масла, добавить 2 дольки чеснока, хлебные крошки и все вместе обжарить. Вынуть чеснок. Смешать хлебные крошки с тушеными овощами и начинить корзиночки.

5. Сделать из фольги большой карман, поставить в него корзиночки, закрыть карман и запекать в разогретой духовке или на гриле 35–40 минут.

Баклажаны

Невозможно себе представить август, сентябрь, октябрь без баклажанов. Баклажаны на гриле, баклажаны жареные, баклажаны с чесноком, икра из баклажанов и так далее. Кроме типичного сорта длинных, темных, темно-лиловых, почти уходящих в такой коричневатый цвет, существуют еще круглые, овальные, даже цвета слоновой кости баклажаны. Но по вкусу они различаются мало, может быть, те, которые все-таки потемнее, меньше горчат. И тем не менее перед тем, как готовить баклажаны, лучше всего их присыпать солью, чтобы горечь из них ушла. Когда покупаете баклажаны, выбирайте те, у которых кожица не повреждена. Плод должен быть очень твердый, упругий и ни в коем случае не мягкий и сморщенный. И не покупайте слишком тяжелый баклажан. Это значит, что он уже перезрел и в нем слишком много семян. А когда много семян, тогда и вкус у него менее нежный, он горчит, да и текстура не такая шелковистая.

Фаршированные баклажаны

На 4 человека как закуска
Духовку разогреть до 180 °С.
2 баклажана
200 г шампиньонов
1 луковица
10 оливок
4 зубчика чеснока
3 ст. ложки жареного молотого миндаля
10 ст. ложек оливкового масла
большая горсть порубленной петрушки
щепотка сухого орегано
щепотка сухих прованских трав
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Баклажаны разрезать пополам, присыпать солью и оставить на несколько минут, чтобы они отдали горечь.

2. Шампиньоны почистить, тонко нарезать.

3. Разогреть в сковороде 3 ст. ложки масла и обжарить мелко нарезанные лук и чеснок, добавить грибы, посолить и поперчить, потушить несколько минут и добавить петрушку.

4. В другой сковороде разогреть 7 ст. ложек масла и обжарить баклажаны по 5–7 минут на каждой стороне. Осторожно вынуть мякоть, не повредив кожицу баклажанов.

5. Мякоть изрубить и перемешать с грибами и крупно нарезанными оливками (косточки вынуть). Посолить, поперчить, добавить орегано и прованские травы.

6. Начинить баклажаны и присыпать миндалем. Уложить в глубокий противень и запекать 10–15 минут.

Икра из баклажанов

Просто закуска
2 баклажана
2 сладких перца
2 помидора
1 небольшая луковица
1/2 ч. ложки сухого майорана
растительное масло
морская соль

1. Баклажаны запечь в разогретой духовке, замочить в соленой воде на несколько минут, очистить от кожуры. Мелко порубить.

2. Из перца удалить семена и нарезать как можно мельче.

3. Лук искрошить, поджарить на растительном масле до золотистого цвета, добавить измельченный перец, майоран и баклажаны. Тушить полчаса.

4. Помидоры разрезать пополам и натереть на крупной терке, добавить к баклажанам, посолить и тушить еще 2–3 минуты.

Салат с баклажанами и моцареллой

На 4 человека как обед
3 баклажана
2 большие моцареллы
60 мл оливкового масла
1 батон (или любой другой хлеб, который вам нравится)
большой пучок руколы
сок половины лимона
1 зубчик чеснока
горсть листьев регана
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Баклажаны разрезать вдоль пополам, в мякоти сделать надрезы, присыпать солью и оставить на 10 минут. Сбрызнуть оливковым маслом и обжарить на гриле.

2. Хлеб нарезать ломтиками, обжарить с обеих сторон на гриле, натереть чесноком.

3. Моцареллу нарезать кружочками, положить в миску, поперчить, посыпать листьями регана, полить оливковым маслом и оставить мариноваться на несколько минут.

4. На большое блюдо выложить баклажаны, сверху уложить кусочки моцареллы в оливковом масле, переложить все хлебными тостами, сбрызнуть лимонным соком и, если понадобится, оливковым маслом, присыпать руколой.

Закуска из баклажанов с сыром

На 4 человека

Духовку разогреть до 200 °С.

2 баклажана

100 г сливочного сыра (или любого другого не очень твердого сыра, который вам по вкусу)

горсть грецких орехов

оливковое масло

морская соль

1. Баклажаны нарезать вдоль как можно тоньше, присыпать солью и оставить на 10–15 минут, чтобы они отдали свою горечь. Затем обжарить на сковороде-гриль с обеих сторон.

2. Застелить противень фольгой, сбрызнуть ее оливковым маслом. На каждый ломтик баклажана положить кусочек сыра, присыпать измельченными орехами, завернуть и скрепить зубочисткой. Запекать не более 3–4 минут.

Подавать закуску можно с тушеными помидорами.

Лавровый лист

Все знают, что такое лавровый лист, и тем не менее. Раньше я очень не любила вкус лаврового листа. А все потому, что он продавался такими старыми засушенными листиками коричневого цвета.

На самом деле лавровый лист должен быть ярко-зеленым, слегка подсушенным, с нежным цитрусовым ароматом. Лавровое дерево растет повсюду в Средиземноморье, а также в Абхазии, Грузии и других местах Черноморского побережья. Эти ароматные листья совершенно необходимы в маринадах, соленьях, часто используются в приготовлении бульонов, супов. Лавровый лист замечательно растет в больших горшках, поэтому, если вы такие же ненормальные, как и я, вы можете посадить у себя на кухне в горшке лавр, и тогда у вас будут самые вкусные маринады, соленья, супы и бульоны на свете. Если вы задумаете завести лавровое дерево, его надо поливать как можно чаще и стараться, чтобы на него попадало как можно больше света. Обязательно листья нужно мыть перед добавлением в блюдо, а хранить лучше всего в воздухонепроницаемых контейнерах. Если соединить лавровый лист с лимоном, то получится замечательная композиция для запекания мяса или рыбы.

Тушеная баранина с баклажанами

На 4 человека как ужин
600 г молодой баранины
1 баклажан
1 луковица
2—3 дольки чеснока
1 лимон
3 ст. ложки оливкового масла
5 перьев зеленого лука
3 палочки корицы
1 лавровый лист
1 1/2 ч. ложки семян тмина
пучок мяты
2—3 ст. ложки сахара
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Мелко искрошить чеснок, зеленый лук нарезать довольно крупно, луковицу — полукольцами.

2. В тяжелой кастрюле с толстым дном разогреть масло, обжарить лук и чеснок, добавить зеленый лук и тмин, потомить 1–2 минуты и добавить нарезанное кубиками мясо.

3. Лимон нарезать ломтиками, положить в разогретую сковородку, добавить сахар и закарамелизировать.

4. В кастрюлю с мясом добавить лимон, веточки мяты, корицу и лавровый лист. Тушить на медленном огне 40 минут.

5. Баклажан нарезать кружочками, присыпать солью и оставить на несколько минут.

6. Добавить кусочки баклажана к мясу, посолить, поперчить по вкусу и потушить еще 15–20 минут.

Сладкий перец

Сладкий перец — то, что в детстве мне было известно под названием болгарский перец. Сейчас я знаю, что этот перец все-таки не болгарский, а средиземноморский и бывает желтого, оранжевого, красного и зеленого цвета. Лично я обычно покупаю перец желтый и красный, потому что у зеленого нет той сладости, которая есть у двух предыдущих. Сколько замечательных рецептов, в которых можно использовать сладкий перец! Перец на гриле, маринованный, добавленный в супы, соусы, в различные овощные рагу, фаршированный и так далее. Ну естественно, салаты! Когда покупаете перец, обращайте внимание, чтобы он был не очень большого размера и чтобы мякоть была не очень толстая. Как ни странно, чем тоньше мякоть у перца, тем он слаще. Конечно, лучший перец — это тот, который созревает под жарким солнцем, на горячей, раскаленной земле. Но если все-таки вы купили перчики и потом обнаружили, что на них есть какие-то зелененькие пятнышки или цвет не очень яркий, значит, они были собраны не до конца созревшими, и вы можете их довести до готовности в солнечном месте, оставив лежать пару-тройку дней. Когда перец готовится, он отдает легкий сок, который мне напоминает сироп. Он такой вкусный, и перепутать его ни с чем нельзя. Совершенно необходимо изнутри вынимать белые грубые части, стержень с семечками, если перец режется до того, как его приготовили. Если же перец готовится на гриле, то разделывать его нужно почти сразу же, как только чуть остынет, иначе все пропало.

Салат из красного перца с моцареллой

На 4 человека как закуска
Духовку разогреть до 150 °С.
2 красных перца
2 помидора
150 г маленьких желтых помидоров
2 крупные моцареллы
6 ст. ложек оливкового масла
4 ч. ложки винного уксуса
горсть листьев базилика
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Маленькие помидоры положить в глубокий противень, обвалять в 2 ст. ложках оливкового масла, посолить, поперчить и отправить в духовку на 15 минут.
2. Перец обжарить на сковороде-гриль, положить на 5 минут в пластиковый пакет, затем очистить от кожуры и семян, крупно нарезать.
3. Большие помидоры нарезать дольками, удалить мякоть с семенами. Моцареллу нарезать кружочками.
4. Смешать оставшееся оливковое масло, винный уксус, щепотку соли и перца, листья базилика.
5. Выложить на блюдо перец, помидоры, моцареллу, маленькие помидорчики, полить заправкой и посыпать листьями базилика.

Салат из перца с фетой и помидорами

На 4 человека как закуска
1 красный сладкий перец
1 желтый сладкий перец
250 г помидоров-вишенок
100 г сыра фета, нарезанного небольшими кубиками
4 ст. ложки оливкового масла
2 ст. ложки бальзамического уксуса
10 горошин черного перца
10 веточек свежего чабреца
1 зубчик чеснока
2 ст. ложки сухих прованских трав
1 ч. ложка сладкого молотого красного перца
1 1/2 ч. ложки куркумы морская соль

1. Перец обжарить на гриле или запечь в духовке. Положить на несколько минут в пластиковый пакет, чтобы «пропотел», снять кожицу, вынуть сердцевину вместе с семенами и нарезать перец длинными полосками.

2. Помидоры разрезать пополам.

3. Перемешать куркуму и молотый красный перец. Половину кубиков сыра обвалять в куркуме и перце, а вторую половину — в прованских травах.

4. Истолочь в ступке черный перец, щепотку соли, половину чабреца, добавить оливковое масло и бальзамический уксус. Все перемешать. Поделить заправку пополам и в одну ее часть добавить продавленный чеснокодавкой или очень мелко нарезанный чеснок.

5. В заправке с чесноком обвалять перец, а во второй части заправки — половинки помидоров.

Подавать салат в широких стеклянных стаканах. Уложить на дно каждого немного перца, затем несколько половинок помидоров, сверху разноцветные кубики сыра и украсить веточками чабреца.

Кукуруза

Для меня ранняя осень — это вкус и запах вареной кукурузы. Кстати, при варке обязательно накройте кукурузу листьями, именно они придают ей этот замечательный аромат. Вареная кукуруза — это сытно и вкусно, только есть ее надо, пока она еще теплая. Хороша кукуруза и в консервированном виде. Сколько разных салатов можно с ней приготовить! А из свежей кукурузы можно готовить супы, рагу, соусы, пудинги. Из кукурузной муки получается замечательный хлеб. Кукурузная крупа крупного помола придает выпечке рыхлость и рассыпчатость.

Суп-пюре из свежей кукурузы

На 4 человека как закуска
4 початка свежей кукурузы половина луковицы
3 ст. ложки растительного масла (лучше кукурузного)
1 красный сладкий перец
100 мл сливок горсть листьев петрушки
щепотка белого перца
морская соль

1. Кукурузу почистить, срезать ножом зерна, мелко нарезать лук.
2. В большой кастрюле разогреть масло и обжарить лук до прозрачности, добавить кукурузные зерна, потомить минуту, залить кипятком и варить 30 минут.
3. Готовую кукурузу взбить в блендере (горсть зерен оставить целыми).
4. Во взбитый суп добавить сливки, целые зерна кукурузы, белый перец и посолить по вкусу.
5. Сладкий перец обжарить на гриле или в духовке, положить на пару минут в пластиковый пакет. Снять кожицу, удалить зерна и взбить в блендере.
6. Суп прогреть, разлить по тарелкам, добавив столовую ложку пюре из красного перца и посыпав петрушкой.

Кукурузные оладушки

На 4 человека как закуска
2 початка кукурузы
3 полоски бекона
2 яйца
1 стакан муки
100 мл молока
100 г любого полутвердого сыра (например, чеддера)
1/2 ч. ложки сахара
1/2 ч. ложки соли
1/2 ч. ложки соды
1/2 ч. ложки разрыхлителя
растительное масло
1 луковица

1. Кукурузу предварительно отварить. (Не забудьте положить в кастрюльку листья, снятые с кукурузы.) Срезать ножом кукурузные зерна.

2. Разогреть сковороду, обжарить бекон, нарезав его тонкими полосочками. Мелко искрошить лук и добавить его к бекону. Обжарить все до золотистого цвета.

3. Взбить яйца с молоком, сахаром и солью, добавить натертый на крупной терке сыр, просеянную муку, соду, разрыхлитель, бекон с луком и кукурузу. Тщательно перемешать.

4. Разогреть в сковороде растительное масло и жарить оладушки по 3–4 минуты с каждой стороны. Выложить на бумажное полотенце, чтобы ушло лишнее масло.

Инжир

Инжир — самый сладкий из всех фруктов. Неповторим с сыровяленой ветчиной, сыром, да и просто сам по себе.

Родина инжира — Восточная Азия, растет он по всему Средиземноморскому бассейну, а также на берегах Черного моря со времен, наверное, неолита. Инжир бывает белым, такого солнечного, золотистого, медового, прозрачного цвета. И лучше всего такой инжир есть просто сырым, не подвергая никакой тепловой обработке. Есть инжир темного, лилового, насыщенного цвета, он замечательно добавляется в салат, и его можно есть с сыром, запекать со сливками и так далее. К сожалению, спелый инжир очень плохо путешествует, и поэтому лучший, самый вкусный инжир — это тот, который вы срываете с дерева. Но когда вы все-таки выбираете инжир на рынке, смотрите, чтобы плоды были полные, без темных пятен. Возьмите инжир в руку, вы должны почувствовать приятную тяжесть в руке. Это знак спелости. Сухой инжир гораздо легче в весе, но, между прочим, тяжелее в калориях. Вяленый инжир очень хорошо сочетается со свининой, кроликом (вместо чернослива), но лучший союз — с дичью и маленькими цыплятами. Инжир, как и персики, абрикосы, нельзя есть холодным, прямо из холодильника, потому что тогда вы не почувствуете тот замечательный солнечный теплый вкус, за который его так любят.

Салат из инжира с моцареллой

На 4 человека как закуска
8 шт. свежего инжира
6 небольших моцарелл
60 мл оливкового масла
сок одного лимона
2 ч. ложки бальзамического уксуса
горсть листьев базилика
щепотка сухого чабреца
щепотка сухого майорана
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Смешать оливковое масло, лимонный сок и бальзамический уксус, добавить соль и перец.
2. Срезать плодоножки с инжира и нарезать его кружочками.
3. Уложить в один слой на большое блюдо, посыпать чабрецом и майораном, полить заправкой. Затянуть пленкой и поставить на 1 час в холодильник.
4. Достать инжир из холодильника и выложить на него моцареллу, разломив каждую пополам.
5. Чайной ложечкой полить соусом, в котором мариновался инжир, и посыпать базиликом.

Запеченный инжир

На 4 человека как закуска
Духовку разогреть до 220 °С.
8—10 шт. инжира
50 г сливочного сыра (типа маскарпоне) или жирной сметаны
50 г сахара
50 г жидкого меда
50 г граппы

1. Инжир надрезать крестиком, разломить, положить в жароупорную посуду разрезом вверх.
2. Сбрызнуть граппой, присыпать сахаром, полить медом, на каждую половинку положить по пол чайной ложки сливочного сыра или сметаны.
3. Запекать 5 минут.

Сентябрь

Белые грибы

Белый гриб — это король грибов. Никто, я думаю, со мной спорить не станет.

Сезон белых грибов начинается летом. Но все зависит от того, какое, жаркое или дождливое, лето. И я думаю, что, конечно, гораздо более опытные, чем я, грибники знают все секреты, где и как собирать грибы и когда лучше всего это делать. Если лето слишком жаркое, то белые грибы появляются ближе к осени. Если идут дожди, а потом появляется солнце, то, значит, уже можно отправляться на поиски белых грибов. В октябре чаще всего сезон белых грибов заканчивается. Самые вкусные грибы — это те, которые вы собираете сами в лесу. Сильный запах, замечательный вкус. Использовать их нужно и готовить как можно скорее после того, как вы их нашли. Потому что они не хранятся долго. К сожалению, белые грибы по-настоящему лесной деликатес, потому что, насколько мне известно, еще никому не удалось развести такие замечательные, равноценные грибы в тепличных условиях. Иногда белые грибы едят сырыми в салате. Чистят грибы острым ножом. Срезают кусочки мякоти вместе с прилипшей грязью и влажной тряпочкой протирают шляпку гриба. Старайтесь не слишком заливать грибы водой, потому что они, как губка, впитывают воду. Если выдался хороший грибной год и вы набрали много белых грибов, сушите их, морозьте, консервируйте — запасайтесь на зиму.

Белые грибы, запеченные с мятой

На 6 человек как закуска
Духовку разогреть до 190 °С.
600 г белых грибов
12 зубчиков чеснока
большая горсть листьев мяты
6 ст. ложек оливкового масла
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Грибы нарезать вдоль полосками толщиной 5 мм.
2. Из двойного слоя фольги сделать 6 карманов.
3. В каждый карман влить по 1 ст. ложке масла, уложить порцию грибов, 2 зубчика чеснока, посолить и поперчить, присыпать мятой.
4. Завернуть карман и отправить в духовку на 15–20 минут.

Закуска из грибов шитаки

На 4 человека
500 г грибов шитаки
100 г растительного масла
2 ст. ложки соевого соуса
2 зубчика чеснока
1 ст. ложка коричневого сахара
1 ст. ложка майорана
1 ч. ложка рыбного соуса
свежемолотый черный перец

1. Грибы вымыть и разрезать пополам.
2. Разогреть масло в сковороде-вок, добавить грибы и обжарить в течение 2–3 минут.
3. Добавить майоран, сахар, соевый и рыбный соус, разрезанный на несколько частей чеснок. Постоянно помешивая, жарить еще 2–3 минуты.
4. Готовые грибы поперчить.

Фасоль с белыми грибами

На 6 человек как легкий ужин
1 кг белых грибов
300 г фасоли
3 больших мясистых помидора
4 зубчика чеснока
большой пучок петрушки
3 ст. ложки оливкового масла
1 ч. ложка сухого майорана
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Фасоль замочить в большом количестве воды на несколько часов, лучше на ночь. Затем промыть, залить холодной водой и довести до кипения. В кипящую фасоль бросить пучок петрушки (перевязанный для удобства ниткой) и 2 зубчика чеснока. Когда фасоль слегка проварится, добавить 1 помидор, надрезав его, чтобы он отдал свой сок. Варить около часа.
2. Крупно нарезать грибы.
3. Разогреть в большой, глубокой сковороде масло и обжарить мелко нарезанный чеснок, добавить грибы, майоран, соль и перец. Жарить на медленном огне, не накрывая крышкой, 5–6 минут.
4. Добавить крупными дольками нарезанные помидоры.
5. Вынуть из кастрюли с фасолью помидор, чеснок и петрушку. Добавить фасоль к грибам и потушить еще 10 минут.
6. Попробовать; если нужно, еще раз посолить и поперчить.

Блины с грибами и голубым сыром

На 4 человека как ужин
Духовку разогреть до 180 °С.
Для блинов:
100 г муки
350 мл молока
50 г сливочного масла
1 яйцо
1 желток
морская соль
Для начинки:
300 г шампиньонов
100 г голубого сыра
50 г натертого твердого сыра (чеддер, российский или любой другой сыр, который вам нравится)
1 луковица
2 зубчика чеснока
1 ст. ложка сливочного масла
2 ст. ложки портвейна «Массандра»
3—4 ст. ложки сливок
щепотка тмина
щепотка сухого орегано
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Растопить сливочное масло.
2. Просеять муку со щепоткой соли.
3. Добавить в муку яйцо и желток, молоко, растопленное сливочное масло и вымешать тесто. Оставить его на полчаса, затем на хорошо разогретой сковороде испечь тонкие блины.
4. Мелко нарезать лук и чеснок. Грибы почистить, промыть и нарезать пластинками.
5. Растопить сливочное масло и обжарить лук и чеснок до золотистого цвета.
6. Добавить грибы, посолить, поперчить, добавить тмин, орегано, «Массандру», 1–2 ст. ложки сливок, нарезанный небольшими кубиками голубой сыр. Перемешать и на медленном огне потушить несколько минут, чтобы ушла лишняя жидкость.
7. Выложить начинку на блины, свернуть их и уложить в огнеупорную посуду или глубокий противень.
8. Полить оставшимися сливками и присыпать натертым

сыром. Запекать в разогретой духовке 10 минут.

Подавать горячими, с пылу с жару!

Лисички

Лисички — это тоже одна из тех замечательных драгоценностей, которые растут в странах с прохладным климатом. Дикие грибы, которые так радостно и солнечно выглядят, начинаются в конце июня и продолжаются до начала октября. Готовятся они очень просто. Достаточно немножко растительного масла, чеснока, петрушки, соли и перца на сковороде. Все это для того, чтобы закрепить и даже усилить их нежный грибной вкус. И затем уже лисички добавляются в ризотто, макароны, салаты или просто подаются на обжаренном кусочке ржаного хлеба, натертом чесноком. Сморчки — тоже очень интересные грибы, которые считаются почему-то большим деликатесом, чем лисички. У них такой странный вкус. А найти их можно даже иногда в ноябре, если осень не очень холодная. Когда их соединяют с другими грибами, они очень хорошо отдают свой сильный запах, а грибная комбинация только выигрывает от этого.

Спагетти в оливковом соусе с лисичками

На 4 человека как обед
300 г спагетти
500 г лисичек
300 г оливок
80 мл сливок
2 ст. ложки оливкового масла
2 зубчика чеснока
пучок петрушки
сухой перец чили
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Раздавить ножом зубчики чеснока и обжарить в оливковом масле, чтобы оно приобрело запах чеснока.

2. Вынуть чеснок, добавить лисички, перец чили и горсть изрубленной петрушки, посолить и поперчить, жарить на сильном огне 4–5 минут.

3. Слегка остывшие лисички и оливки (вынуть косточки) взбить в блендере или измельчить так, чтобы получились небольшие кусочки (не взбивать до состояния пюре!).

4. Отварить макароны в слегка подсоленной и подмасленной воде.

5. Вернуть измельченные лисички и оливки на сковородку, добавить сливки и прогреть.

6. Выложить в соус макароны, перемешать.

Подавать немедленно, посыпав оставшейся петрушкой.

Тыква

Куда же зимой без сладкой тыквы? Существует много сортов и видов тыквы. Она поспевает ближе к осени; сентябрь, октябрь — это время, когда она сладкая, кожица у нее тонкая и режется она легко. Чем дольше она хранится зимой, тем уже сложнее ее порубить. Кожица грубеет, и нужна мужская рука для помощи на кухне, чтобы «разрушить» большую тыкву. Не знаю, известно ли вам, но у тыквы бывают женские и мужские цветочки. Мужские цветочки можно срывать и делать их в кляре, потому что тыква из них все равно уже никогда не вырастет. А сами по себе они необыкновенно вкусны. Еще их можно фаршировать внутри сыром и запекать, подавать на закуску с белым вином. Это тоже очень вкусно. Когда тыква спелая, то центр у нее должен быть довольно пустым, а семечки — хорошо сформированными. Я думаю, что все-таки самая вкусная тыква поспевает в конце сентября — начале октября. И яркий цвет, и сладкая мякоть — то, что нужно.

Тыквенный суп с карри

На 6 человек как обед
1 кг тыквы
1 большая луковица
3 ст. ложки сливочного масла
1 ст. ложка оливкового масла
100 г сливок
1 1/2 л овощного бульона (см. стр. 10) или кипятка
1 ч. ложка карри
горсть мелкорубленой петрушки
морская соль

1. Разогреть большую кастрюлю, добавить туда сливочное и оливковое масло.
2. Лук крупно нарезать и обжарить до прозрачности, не доводя до золотистого цвета, добавить карри.
3. Тыкву нарезать крупными кусками и снять кожуру.
4. Отправить тыкву к луку, тушить около минуты, помешивая, затем залить кипятком или овощным бульоном и варить до готовности тыквы, 25–30 минут.
5. Готовую тыкву взбить в блендере, добавив немного бульона.
6. Добавить сливки, посолить по вкусу, прогреть слегка.

Подавать, украсив зеленью петрушки, с тостами из серого хлеба.

Лук

В России лук, наряду с чесноком, считался средством против инфекции. И сегодня многие во время эпидемии гриппа в качестве профилактики употребляют лук или чеснок. Он возбуждает аппетит, усиливает выделение желудочного сока, улучшает пищеварение. Луку 5000 лет, с незапамятных времен возделывали его трудолюбивые египетские крестьяне — феллахи. А жрецы объявили лук священным растением и не употребляли в пищу — луковица напоминала своей формой луну, которая считалась символом вечности. Лук — это обычная пища бедняков, он был священным для них. При спорах и тяжбах египтянин клал перед собой пригоршню лука и клялся на ней. В Древней Греции среди даров, приносимых богам, особенно ценным считалась красивая луковица. Луковица была первым наглядным пособием по изучению астрономии. Ее разрезали поперек, объясняя на ней ученикам строение Вселенной, состоящей, как тогда полагали, из нескольких сфер — оболочек, окружающих Землю. В Средние века утверждали, что даже запах лука предохраняет от болезней. И доля правды в этом есть! В нем огромное количество витамина С, В, РР, каротина, сахара и белков. Видов лука тоже много. Наиболее распространенный лук — репчатый, его жарят, варят и консервируют, вообще добавляют при готовке в разные блюда. Без лука капуста не капуста, совсем не вкусная, картошка тоже не то, не говоря уже о грибах, супах и мясных блюдах. Лук-порей, зеленый лук, жемчужный лук, который чаще всего добавляют в салаты за его незлой характер, шнитт-лук, лук—батун (без луковиц, в пищу используют только листья). При покупке лука я выбираю твердые среднего размера блестящие луковицы, храню в прохладном сухом месте — никакого холодильника! А вот если хочется почистить, а плакать нельзя — лук на несколько минут в морозильник или в холодильник, и ресницы не потекут.

Луковый суп

На 4 человека
4 крупные луковицы
125 г сливочного масла
150 г твердого сыра
1 батон
2 лавровых листа
морская соль
свежемолотый черный перец

1. В кастрюльке с толстым дном разогреть сливочное масло, добавить лук, нарезанный полукольцами. Перемешать хорошенько, накрыть крышкой и оставить томиться на очень медленном огне.

2. Когда лук станет совсем мягким и слегка закарамелизируется, залить все литром кипятка, добавить лавровый лист, щедро посолить и поперчить.

3. Нарезать батон ломтиками толщиной 1 см и подсушить его в духовке или на сковороде без масла. Сыр натереть на крупной терке.

4. В огнеупорную керамическую мисочку влить суп, присыпать сыром, сверху положить гренку, ее также присыпать сыром и поставить на 1–2 минуты в сильно разогретую духовку на самый верх, чтобы сыр слегка подрумянился.

Мармелад из лука

Мармелад из лука — потрясающая вещь! Его можно подавать к мясу, рыбе, салату, сыру, просто намазать на поджаренный хлеб. Что-то вроде аджики или горчицы, из той же компании!

1 1/2 кг лука

2 ст. ложки морской соли

1 1/5 кг сахара

600 мл уксуса из белого вина (еще лучше, если удастся найти уксус из шампанского)

1 ст. ложка гвоздики, завернутой в мешочек из марли (мешочек можно сшить из сложенного в несколько слоев бинта)

2 1/2 ч. ложки тмина

1. Почищенный и тонко нарезанный лук положить в миску, посыпать солью, накрыть плотно крышкой и поставить минимум на час в холодильник. Затем выложить в дуршлаг и промыть под струей холодной воды.

2. На сковородку отправить сахар, уксус, гвоздику в марле и готовить 5 минут.

3. Добавить лук и тмин, довести до кипения и уменьшить огонь. На медленном огне варить 2–2,5 часа, вынуть гвоздику.

4. Разогреть духовку до 180 ˚С, вымыть тщательно баночки для джема, поставить их на противень и стерилизовать в духовке 10 минут. В кастрюле с кипящей водой в течение 5 минут прокипятить крышки.

Как только сироп станет густым, а лук прозрачным, переложить всю эту красоту в банки и, когда мармелад остынет, закрыть крышками. Хранить в погребе или в холодильнике от 4 до 6 недель.

Октябрь

Груши

Наверное, после яблок груша — это самый популярный и любимый у нас фрукт. В ней много фруктозы, клетчатки и пектина, а также витамина С. В старину с помощью печеных груш лечили кашель, а густые отвары пили при головной боли. А еще, оказывается, груша — один из немногих продуктов, которые помогают при отравлении грибами. Груши — мягкие, сочные, приятного кисло-сладкого вкуса — считаются по праву одним из лучших десертов. Они хороши в компотах, в различных маринадах, повидле, в качестве сухофруктов и цукатов, замечательны в выпечке, их можно добавлять в салаты, нарезав небольшими кусочками, сбрызнув соком лимона или поджарив на сковороде-гриль.

Голубой сыр с грушами

На 6 человек как закуска

300 г голубого сыра

300 г вяленых груш

2 батона хлеба типа «7 злаков» или «Здоровье» (срезать корки)

1 большая сочная груша

1. Выстелить дно и бока глубокой продолговатой формы пищевой пленкой, так чтобы края пленки свисали (можно использовать утятницу).

2. Хлеб, сыр и грушу нарезать ломтиками.

3. Выложить на дно формы слой вяленых груш, очень аккуратно и плотно друг к дружке.

4. Сверху слой сыра, затем слой хлеба, слой свежей груши, затем снова слой сыра и последним слой хлеба.

5. Завернуть края пленки, накрыть бумагой для выпечки и положить сверху гнет.

6. Поставить на 3–4 часа в холодильник.

Выложить на блюдо, перевернув, так чтобы слой вяленых груш оказался сверху. Подавать к вину, с салатом и орехами.

Груши a la «Creme de Cassise»

На 4 человека как десерт
4 довольно твердые крупные груши
400 мл сухого красного вина
100 г сахара
1 палочка корицы
4 гвоздики
1 ст. ложка кукурузного крахмала
2 ст. ложки черносмородинового варенья
3 ст. ложки ликера «Creme de Cassise»

1. Груши почистить и для устойчивости срезать основание.
2. Поставить груши в кастрюльку, влить вино, добавить сахар, корицу, гвоздику. Варить 20 минут, затем вынуть.
3. Сварить сироп, добавив в кастрюльку с вином, в котором варились груши, ликер, крахмал, разведенный предварительно в воде, и варенье. Подержать одну минуту на огне, помешивая. Когда сироп загустеет, остудить и процедить через сито.
4. Выложить груши в глубокую посуду, полить сиропом и подавать.

Грушевое сорбе с граппой

Очень освежает после сытного ужина
1 кг мягких груш
120 мл воды
1 ст. ложка сахара
50 мл граппы
ванильная палочка

1. Срезать с груш кожицу, вырезать сердцевину с семечками и нарезать крупными кусочками.

2. Уложить груши в кастрюльку, добавить воду, сахар и разрезанную пополам ванильную палочку. Варить на медленном огне 10–15 минут.

3. Протереть через пластиковое сито, добавить граппу и перемешать.

Замораживать минимум четыре часа, обязательно перемешав несколько раз деревянной ложкой, чтобы консистенция сорбе осталась однородной.

Ваниль

Ваниль на самом деле — орхидея. И это, пожалуй, самая дорогая на сегодняшний день пряность, после шафрана. Девушка нежная, ароматная и ужасно привлекательная. Длинные стручки (20–25 см) срывают зелеными, погружают на 20 секунд в кипяток и неделю холят и лелеют в шерстяных одеялах, а потом отправляют сушиться на свежий воздух. Ваниль до сих пор очень дорогая специя, и поэтому продают ее в небольшом количестве, по 2–3 стручка, в стеклянной колбе с плотно закрывающейся крышкой. Запах ее связан не с ванилином, в ней содержащимся, а с особым эфирным маслом, состав которого до сих пор не изучен. Палочка ванили должна быть мягкой, эластичной, маслянистой на ощупь, темно-коричневого или даже черно-коричневого цвета, на лучших сортах бывает налет беловатых кристаллов. Светлоокрашенные или раскрытые сухие и ломкие твердые палочки означают, что ваниль плохого качества и наполовину выдохлась из-за неправильного приготовления или хранения. Пахнет ваниль необыкновенно! Любят ее творог, сливки и шоколад, орехи и многие фрукты, и от этой любви все только выигрывают. Сейчас смелые повара добавляют ваниль и в другие, совсем не кондитерские рецепты. Добавлять ваниль надо перед тепловой обработкой или сразу после нее: она лучше отдает свой аромат при повышенной температуре. И никогда не выбрасывайте стручок после того, как вынули из него семечки, а целиком или измельчив, отправьте его в банку с сахаром — через пару дней каждая чашка чая или кофе будет для вас особенной. Между прочим, это очень хорошая идея для подарка. Взять пару стручков ванили и килограмм сахара, взбить в блендере и высыпать все в красивую банку. Замечательный подарок на Новый год или просто какому-нибудь сладкоежке на день рождения.

Грушевый пирог

На 6–8 человек
Духовку разогреть до 180 °С.
1 кг душистых груш
300 г сливочного масла
50 г меда
1 стакан сахара
4 яйца
130 г поленты (кукурузной муки)
40 г муки
1 ч. ложка разрыхлителя
мелко натертая цедра двух лимонов
сок половины лимона

1. Груши нарезать крупными кусками, удалив семена, сбрызнуть соком лимона.

2. В большой сковороде растопить 80 г сливочного масла, добавить мед и сварить карамель. Затем добавить груши, потомить несколько минут на медленном огне.

3. Оставшееся сливочное масло взбить с сахаром, ввести по одному яйца, добавить поленту, муку и разрыхлитель. Когда тесто станет однородным, добавить груши и цедру лимонов.

4. Застелить форму бумагой для выпечки, смазать ее маслом и выложить на нее тесто. Выпекать чуть больше часа. Проверить, готов ли пирог, проткнув его спичкой.

Тимьян

Жалко, очень жалко, что тимьян у нас в дикорастущем виде не встречается и культивировать его на нашей необъятной родине не спешат. А зря! В любимых соленьях он бывает неподражаем, как нежно и ароматно звучит он в салатах или всяких макаронах — кашках — ризотто!

С мясом чудо, с рыбой замечательно, да и просто заварить с крепким чаем, как делают в Баку. А всего-то небольшие кустики с мелкими зелено-фиолетовыми цветочками. Я всегда запасаюсь впрок, если удается набрести на него, сушу и храню в герметичном контейнере. И вы сушите — не пожалеете!

Суфле из козьего сыра и тимьяна

На 6 человек как закуска
Духовку разогреть до 200 °С.
400 г мягкого козьего сыра
200 г натертого твердого сыра, например пармезана
150 мл сливок
30 г растопленного сливочного масла
6 яиц
1 ст. ложка нарубленного тимьяна
несколько веточек тимьяна для украшения
морская соль
свежемолотый черный перец

1. 6 жаростойких тарелочек для супа натереть маслом, присыпать четвертью всего натертого пармезана.

2. Отделить белки от желтков. Взбить яичные желтки до гладкого шелковистого состояния. Продолжая взбивать, ввести понемногу козий сыр.

3. Добавить сливки, по щепотке соли и перца, тимьян и половину оставшегося пармезана.

4. Взбить белки со щепоткой соли до состояния крепкой пены и смешать со всей массой. Вмешивать аккуратно, но все-таки бесстрашно!

5. Распределить суфле по тарелкам, присыпать сверху листиками тимьяна и оставшимся пармезаном. Выпекать 8—10 минут.

Суфле должно подняться и стать золотистым. Подавать немедленно! Не забудьте напомнить своим гостям, что тарелки горячие, и, самое главное, не дайте перестоять суфле, чтобы оно не опустилось.

Яблоки

Яблоня — старушка на нашей голубой планете, ее люди узнали задолго до других фруктовых деревьев. Да и что может быть вкуснее наших привычных, казалось бы, яблок? Это и просто отличный десерт, и разнообразная выпечка с яблоками — одна только шарлотка чего стоит! А начинки для пирогов, а варенья, а джемы, повидло, цукаты, вина, настойки, квасы, морсы и компоты, соусы и приправы! А утка с яблоками! А моченые яблочки! Мы относимся к странам, в которых яблоки едят много и круглый год. Хотя по сравнению с другими ягодами и фруктами витаминов в количественном выражении в яблоках не так много, но в качественном они могут похвастаться практически всем их набором. Популярная английская пословица гласит: «Кто яблоко в день съедает, у того доктор не бывает». Яблочная диета полезна людям с избыточным весом, потому что яблоки дают все, что организму нужно. В разгрузочный день, один раз в неделю, рекомендуется съедать 1,5–2 кг свежих яблок и больше ничего не есть. 2–3 яблока, съеденных на ночь, снижают содержание холестерина в печени и сахар в крови. А в семенах яблок много йода, и если съесть в день 5–6 яблочных зернышек, то вы получите суточную норму йода. Так что ешьте яблоки на здоровье!

Салат из яблок и моркови

2 зеленых сочных яблока
2 моркови
пучок листового салата (например корна, руколы, шпината)
50 г подсолнечных или тыквенных семечек
сок половины лимона
3—4 грецких ореха
1 ст. ложка орехового масла
1 ч. ложка бальзамического уксуса
1 ч. ложка яблочного уксуса
горсть мелкорубленой кинзы
морская соль
свежемолотый черный перец

1. Натереть на крупной терке яблоки и морковь, сбрызнуть лимонным соком.
2. Поджарить слегка грецкие орехи и истолочь в ступке. Добавить сюда же ореховое масло, бальзамический и яблочный уксус, щепотку соли и поперчить.
3. Соединить листья салата с натертыми яблоками и морковью.
4. Заправить салат и перемешать.
5. Выложить на тарелку, посыпать семечками и кинзой.

Яблочное варенье-соус

Когда мне хочется похудеть, я готовлю яблочное варенье. С зеленых яблок срезаю кожуру и долго-долго, на медленном огне тушу эти яблоки. Получается такой кисло-сладкий джем, в котором нет ни грамма сахара, а значит, и угрозы для моей фигуры. На основе этого джема можно создать потрясающий соус, который будет хорош к свинине, говядине, холодной отварной рыбе. Нужно взять:

4 ст. ложки самой жирной сметаны или простокваши

4 ст. ложки сваренного яблочного джема

2 ст. ложки хрена

Смешать все ингредиенты и протереть через мелкое сито, лучше волосяное. В баночку — и в холодильник!

Сэндвич из яблока с сельдью по-кончаловски

Рецепт от А. С. Кончаловского
На 8 человек как закуска
2 крупных зеленых яблока
4 филе жирной сельди
200 г сыра филадельфия (пониженной жирности)
1 длинный огурец
1 зубчик чеснока
1 ст. ложка оливкового масла
сок половины лимона
щепотка белого молотого перца

1. Филе сельди нарезать крупными кусками и поместить в блендер, отложив в сторону несколько кусочков для украшения; добавить сыр, чеснок (удалить сердцевину), сок лимона, оливковое масло, перец и взбить до однородной массы.

2. Яблоки нарезать кружочками толщиной 5 мм. Ложкой выложить селедочную массу на один кружочек яблока (примерно 2 ст. ложки массы), сверху накрыть еще одним кружочком яблока.

3. Снять с огурца кожицу так, чтобы получилась длинная зеленая «ленточка» шириной примерно 1 см, и опоясать ею селедочную массу, которая находится между яблоками.

4. Сверху украсить кусочками сельди.

Круассаны с яблоками

на 3 человека как завтрак
Разогреть духовку до 180 °C.
3 круассана
2 яблока
30 г сливочного масла
2 ст. ложки сахара
50 г сметаны или взбитых сливок
палочка корицы

1. Разрезать круассаны вдоль пополам, положить на противень и отправить в духовку на 2–3 минуты.
2. Каждое яблоко разрезать на 8—10 долек, удалив сердцевину.
3. В глубокой сковороде растопить сливочное масло, добавить яблоки и потушить на медленном огне несколько минут, чтобы яблоки стали мягче. Затем добавить сахар и корицу и закарамелизировать яблоки.
4. Смазать одну часть круассана сметаной или сливками, сверху положить немного яблок, накрыть второй половинкой круассана и полить яблочной карамелью.

Ноябрь

Грецкие орехи

Ну что рассказать про грецкие орехи? С грецкими орехами и так все понятно. Очень вкусные, с очень интересным ароматом, который нельзя спутать ни с чем другим. Масло грецкого ореха замечательно используют в заправках для салатов, сами орехи тоже добавляют в салаты. Вообще орехи, на мой взгляд, еще недооценены в сегодняшней нашей, русской кухне. Как правило, мы их едим просто так или добавляем в какую-нибудь выпечку. А на самом деле их можно добавлять к мясу, в макароны, делать с ними салаты, каши и так далее. То есть можно фантазировать. Если вы покупаете уже чищенные орехи, используйте их как можно скорее, иначе масло, которым так богаты орехи, понемножку испаряется. Они начинают засыхать и теряют не только свою питательность, но и аромат.

Тальятелле с грецкими орехами

На 4 человека как легкий ужин
250 г макарон тальятелле
100 мл молока
150 г грецких орехов
100 г сыра пармезан
горсть порубленной петрушки
полбатона чиабатты или 3–4 куска белого хлеба
6 ст. ложек оливкового масла
1 ст. ложка сливочного масла
1 зубчик чеснока
морская соль

1. В блендере измельчить хлеб, выложить крошки в миску и залить молоком.

2. Растереть в ступке чеснок, орехи (несколько половинок оставить для украшения), петрушку, щепотку соли, добавить 3 ст. ложки оливкового масла. Перемешать все с хлебными крошками.

3. Отварить макароны в подсоленной воде, добавив 1 ст. ложку оливкового масла.

4. Добавить в макароны ореховый соус, сливочное масло, 2 ст. ложки оливкового и перемешать.

Подавать тут же, выложив в глубокую посуду, украсив половинками грецких орехов и присыпав натертым на мелкой терке пармезаном.

Шоколадные кексы с грецкими орехами

Духовку разогреть до 180 ˚С.
2 стакана грецких орехов
200 г черного шоколада
200 г муки
4 яйца
150 г сахара
100 г размягченного сливочного масла
3 капли ванильной эссенции
1 ч. ложка разрыхлителя
Для крема:
100 г черного шоколада (70 %-ного)
100 г размягченного сливочного масла
50 г сахарной пудры
3 капли ванильной эссенции
2—3 ст. ложки молока

1. Орехи подсушить в духовке 3–4 минуты.

2. Яйца взбить с сахаром до светлого легкого состояния, добавить ванильную эссенцию, просеянную муку и перемешать.

3. Шоколад растопить на водяной бане, добавить к нему размягченное сливочное масло.

4. Соединить получившуюся шоколадную массу со взбитыми яйцами и мукой, добавить орехи и осторожно перемешать.

5. Прямоугольную форму для выпечки смазать сливочным маслом и выложить в нее тесто.

6. Выпекать 40 минут. Остудить, разрезать на прямоугольные кексы и смазать шоколадным кремом. Можно украсить кексы половинками грецких орехов.

Крем:

Растопить шоколад на водяной бане, добавить размягченное масло, сахарную пудру и ванильную эссенцию. Если крем получится слишком густой, добавлять понемногу молоко.

Фенхель

Пахнущий анисом, толстенький, гладенький, беленький — фенхель недооценен так же, как и цикорий. Поэтому мало кто может представить восторг, испытываемый после приготовления фенхеля. Единственное, что противопоказано фенхелю, — это вода. Отварной фенхель — это примерно так же «вкусно», как отварная луковица. Конечно, он не так привычен, как капуста или горох, но он хрустящий, его чистый анисовый вкус прекрасно сочетается со многими продуктами. Покупать надо гладкие и блестящие луковицы. Как только фенхель начинает стареть, он сморщивается и становится мягким. Поэтому ваш фенхель должен быть твердым как камень и ярко-белым. Если его зажарить в масле, припустить в сливках или медленно запечь в бульоне, приправить лимонным соком, он раскрывает свою замечательную анисовую сущность и становится очень аппетитным. Тонко нарезать фенхель, сбрызнуть лимонным соком и оливковым маслом, немножко кинзы или базилика, кусочек козьего сыра и хрустящая горбушка — самый потрясающий летний обед, который только можно себе представить! Бывает дикий фенхель, он сладкий на вкус. И есть сорт, у которого потребляют в основном только верхнюю часть его, те самые зелененькие листики, похожие на укроп, они сильно пахнут анисом, это так называемый флорентийский фенхель. Как правило, наши супермаркеты продают фенхель сладкий, его можно есть без приготовления. Несмотря на то что он у нас продается круглый год, сезон начинается в конце января — в начале февраля. И вот тогда он самый вкусный. Когда вы покупаете фенхель, ищите твердые, плотные луковицы. Они должны быть белыми, без темных пятен, ни в коем случае не пожелтевшие, не сморщенные. Если есть его сырым, у него свежий вкус, если его готовить, например запекать, фенхель становится нежным, сладким и мягким, с очень приятным вкусом.

Теплый салат из фенхеля с помидорами

На 4 человека как закуска
Духовку разогреть до 170 °С.
2 фенхеля
24 маленьких помидора-черри (желтые и красные)
20 штук оливок без косточек
2 зубчика чеснока
2 ст. ложки сливочного масла
3 ст. ложки оливкового масла
100 мл сухого белого вина
горсть листьев тархуна
щепотка сухого майорана
морская соль

1. Фенхель разрезать вдоль на восемь частей, опустить в кипящую воду на 5 минут.

2. Надрезать кожицу помидоров, положить их в дуршлаг и на минутку опустить в кипяток, затем снять с них кожицу.

3. Оливки разрезать пополам. Чеснок измельчить и заправить оливковым маслом.

4. На большой противень выложить фенхель, оливки, помидоры, полить вином, сверху на овощи положить кусочки сливочного масла. Посолить и присыпать майораном, полить оливковым маслом с чесноком.

5. Отправить в духовку на 20 минут.

Подавать салат теплым, посыпав листиками тархуна.

Жареный фенхель

На 4 человека как гарнир

Замечательный аккомпанемент к мясу или рыбе на гриле, очень хорошо сочетается со сладковатым вкусом свинины.

2 луковицы фенхеля

1 ст. ложка сливочного масла

1 лимон морская соль

1. В тяжелой сковороде растопить масло, фенхель разрезать на четверти и обжарить на медленном огне со всех сторон.

2. Залить фенхель водой так, чтобы она покрывала его наполовину. Выдавить сок лимона, посолить, накрыть крышкой и тушить на медленном огне 20 минут.

3. Снять крышку, подбавить жару. Жидкость начнет быстро испаряться, и, когда останется совсем немного на дне, нужно выключить и сразу подавать фенхель к вашей рыбе, курице или свиным ребрышкам на гриле. Если вам хочется чего-то попитательнее, можно посыпать фенхель сверху натертым сыром.

Салат из фенхеля и апельсина

На 4 человека как закуска

1 луковица фенхеля

2 горсти зеленого салата (например, корн или какой-нибудь микс)

1 большой сочный апельсин

4 ст. ложки нежирной сметаны или йогурта

1 ст. ложка оливкового масла

горсть мелко рубленной мяты

щепотка морской соли

щепотка свежемолотого черного перца

1. Фенхель разрезать пополам и тонко нарезать полукольцами. Вымыть нарезанный фенхель под струей ледяной воды, высушить полотенцем или в сушилке для салата.
2. Почистить апельсин, разделить на дольки, постараться освободить его от грубых перепонок.
3. Смешать листья салата, фенхель и апельсин.
4. Смешать йогурт с солью, перцем и оливковым маслом, взбить вилкой и вылить на салат, присыпать мятой.

Подавать сразу же! Если надолго оставить этот салат, то листья станут вялыми, нехрустящими и совсем невкусными.

Розмарин

Розмарин — очень типичная травка для Средиземноморья. Мы с ним познакомились не очень давно, но я испытываю к нему нежные чувства, потому что у розмарина такой сильный, интенсивный и интересный вкус, который трудно чем-то заменить. И один раз познакомившись с ним, хочется возвращаться к нему снова и снова. Поле для фантазии огромное. Розмарин замечательно заменяет базилик. Можно использовать листики, а можно целиком веточки, собранные с больших кустов. Розмарин — это вечнозеленый куст, и поэтому можно сказать, это одно из тех немногих растений, которые круглый год имеют замечательный вкус и запах. Я добавляю розмарин к баранине обязательно, иногда к цыпленку, иногда к свинине, иногда к рыбе, розмарин замечательно дружит и с кроликом. Я очень люблю готовить жареный хлеб, брускетту с розмарином, когда хлеб обжаривается, натирается чесноком, сбрызгивается оливковым маслом, и всего несколько листиков розмарина просто превращают его в потрясающую закуску.

Каперсы

С каперсами я подружилась после того, как попробовала добавить их в салат оливье вместо зеленого горошка, — это был риск, а наградой было шампанское! Каперсы, или каперцы, — это сочные почки нераспустившихся цветков колючего полукустарника Capparis spinosa. Он растет в Северной Африке и Южной Европе, а у нас — на склонах Закавказья и в Крыму. Почки каперсов обычно не более 10 мм, они оливково-зеленоватого цвета с красноватыми точками, а мякоть довольно мясистая. Их используют только в маринованном или соленом виде, у них очень необычный вкус и аромат, благодаря которым они и относятся к деликатесным продуктам. Каперсы можно добавлять как острую приправу к мясу, рыбе, в соусы и майонезы.

Треска с розмарином и каперсами

Разогреть духовку до 200 °С.
4 стейка трески (или другой белой рыбы)
1 маленькая баночка каперсов
1 лимон
8—10 веточек и горсть листьев розмарина
3—4 ст. ложки оливкового масла
10—12 горошин черного перца
морская соль

1. Перец горошком, щепотку соли, горсть листьев розмарина растереть в ступке, добавить оливковое масло.

2. Обвалять рыбу в этом соусе.

3. В огнеупорную посуду или в глубокий противень выложить веточки розмарина, сверху положить рыбу, присыпать каперсами и оставшимися листиками розмарина.

4. Отправить рыбу в духовку, через 5 минут уложить на нее тоненько нарезанные кружочки лимона и запекать еще около 20 минут.